

Stemmen må alltid stemme

*Musikalartisters opplevelse av hvordan
yrkesmessige krav virker inn på stemmen*

Christine Nilsen



Masteroppgave i Spesialpedagogikk

ved Det utdanningsvitenskaplige fakultet,
Institutt for spesialpedagogikk

UNIVERSITETET I OSLO

16.11. 2010

Stemmen må alltid stemme

Musikalarartists opplevelse av hvordan
yrkesmessige krav virker inn stemmen

Christine Nilsen

*“Art isn't easy
Every minor detail is a major decision
Have to keep things in scale
Have to hold to your vision”*

Fra Stephen Sondheim's “Putting it together”

© Christine Nilsen

2010

Stemmen må alltid stemme

Christine Nilsen

<http://www.duo.uio.no/>

Trykk: Reprosentralen, Universitetet i Oslo

Sammendrag

Musikalarartister er en gruppe profesjonelle stemmebrukere som er fullt og helt avhengig av stemmen i sitt yrke. De må bruke stemmen mye og i tillegg stilles det høye krav til stemmekvalitet. I deres yrkessituasjon er det mange faktorer og forhold som kan medvirke til at de kan utvikle problemer med stemmen. De kan derfor sies å være i en risikogruppe for utvikling av stemmevansker.

Som logopeder kan vi bli kontaktet av individer fra denne yrkesgruppen, som søker hjelp for sine stemmevansker. For å kunne hjelpe dem på en best mulig måte, vil det være positivt å kjenne til deres arbeidssituasjon og hvilke utfordrende yrkesforhold som kan ha en innvirkning på stemmen. Selv om en del artister i større eller mindre grad har kunnskap om hvordan man skal bruke stemmen og hva som er bra eller ikke bra for den, er det ikke alltid de kan ta hensyn til dette i den arbeidssituasjonen de er i. Jeg ønsket å finne ut mer om hvilke utfordrende forhold og stemmeutfordringer de opplever i sin yrkeshverdag og hvilken betydning disse har for stemmens fungering. Det kan være nødvendig å ta hensyn til dette, om man skal klare å legge til rette for en best mulig fungerende stemme for musikalarartisten.

Målet med oppgaven er altså å få en dypere innsikt i hvilke yrkesmessige forhold de utvalgte musikalarartister ser på som viktige for at stemmen fungerer som den skal, eller hva som gjør at de kan få problemer med den. Problemstillingen jeg valgte for å undersøke dette er:

Hvordan opplever musikalarartister at yrkesmessige krav virker inn på stemme, stemmebruk og ivaretagelse av stemmen?

Med utgangspunkt i denne problemstillingen valgte jeg en kvalitativ metode. Jeg ønsket å få en dypere innsikt i hvordan musikalarartister opplever krav i sin yrkessituasjon og hvordan de mener disse virker inn på inn på stemmen. Siden jeg har noe kjennskap til det fenomenet jeg ønsket å studere, var det naturlig for meg å ta utgangspunkt i en fenomenologisk tilnærming, en tradisjon innenfor kvalitativ forskning. Her kjenner man til fenomenet man studere, men ved å samle inn data søker man å få en ny forståelse av det. I denne tradisjonen bruker man intervju for å samle inn data. Jeg valgte å intervju seks musikalarartister og la opp til et semistrukturert intervju. Etter å ha samlet inn dataene bearbeidet og analyserte jeg disse, med utgangspunkt i en fenomenologisk fremgangsmåte.

Resultatene fra denne undersøkelsen viser at det er mange forhold og faktorer som kan virke inn på stemmens fungering. Likevel er det individuelle forskjeller blant informantene når de snakker om hvilke yrkesmessige krav de mener har betydning for deres stemme. Det er også variasjon fra informant til informant i forhold til hvilken innvirkning de sier at de ulike kravene har. Hvordan de takler utfordringene og hvilke strategier de har for unngå, eller komme seg igjennom perioder med dårlig stemme, er også individuelt. I tillegg er det ikke alle som mener at yrkesmessige krav har så mye å si for hvordan deres stemme fungerer. Likevel er det noen yrkesmessige krav og strategier, som i større grad blir vektlagt i intervjuene.

Det at man ikke alltid kan bruke stemmen slik som man burde gjøre, blir på forskjellige måter tatt opp i intervjuene. Man må ha en allsidig stemme som kan brukes til alt og på alle måter. Dette kan i følge noen av informantene føre til at man bruker stemmen feil på måte, noe som kan ha negative konsekvenser for stemmens fungering. Den store belastning som yrket legger på stemmen, gjør det utfordrende å ha en godt fungerende stemme. Informantene sier de må bruke stemmen uansett, selv om de er syke eller på andre måter ikke burde ha brukt den.

I denne undersøkelsen er alle informantene enige om at det er ulike faktorer og forhold i yrket som kan være risikofaktorer for utvikling av stemmevansker. Ikke alle informantene har hatt så store problemer med stemmen, men alle har opplevd noe. De med lengst profesjonell karriere har hatt mer erfaring med stemmevansker.

Jeg håper i denne oppgaven å gjøre både logopeder og musikalartister mer bevisste på hvilke krav som kan virke negativt inn på stemmen. Jeg tenker at bevissthet rundt dette vil være positivt i arbeidet med å forebygge og behandle stemmevansker. Dersom man ikke er bevisst på disse utfordringene og hvordan man løser dem, tenker jeg at man lettere kan utvikle problemer med stemmen.

Forord

Det var i det siste året på min musikkteaterutdannelse at jeg bestemte meg for å studere logopedi. Blant annet fordi jeg ønsket å lære mer om stemme/stemmebruk og hvordan kunne hjelpe personer som får problemer med stemmen. I dette masteroppgaveprosjektet har jeg vært så heldig å kunne kombinere to av min interessefelt, musikal- og stemmebruk/stemmevanskefeltet innefor logopedi. Det har vært en spennende og lærerik prosess som nå nærmer seg slutten. Jeg ønsker derfor å takke de som har bidratt til å gjøre prosjektet mulig og de som har hjulpet meg på veien.

Tusen takk til min veileder, Pål Ericson, for din tro på oppgaven og oppmuntring underveis i prosessen. Dine råd og faglige kommentarer har vært til stor hjelp for meg.

Jeg vil takke Ole A. Thomassen for å ha informert meg om og anbefalt ”Estill Voice Training”-kursene. Det jeg lærte der, og det jeg har lært i sangtimer med deg, har vært en svært nyttig bakgrunnskunnskap i arbeidet med denne oppgaven.

Jeg var så heldig å få låne lokaler på min arbeidsplass, Det Norske Teatret, og dette gjorde gjennomføringen av intervjuene mye enklere. Takk for det.

Jeg vil spesielt si tusen takk til alle mine informanter. Jeg setter stor pris på at dere ønsket å delta. Deres interesse for prosjektet og villighet til å dele opplevelser og erfaringer med meg, inspirerte meg og gjorde mitt arbeid med oppgaven mye enklere. Uten dere ville ikke denne oppgaven vært mulig. Jeg vil også takke Ingeborg som stilte som prøveinformant, for gode råd i denne delen av prosessen.

Til slutt vil jeg takke min familie og mine venner som hele veien har støttet og hjulpet meg. Deres interesse for prosjektet og tålmodighet med meg, spesielt i innspurten, setter jeg stor pris på. Jeg vil rette en stor takk til Torunn M, Live og Tone for korrekturlesing og gode råd i sluttprosessen. I tillegg vil jeg takke Kenneth som nok en gang stilte opp og hjalp meg med det datatekniske.

Oslo, november 2010

Christine Nilsen

Innhold

1	Innledning	1
1.1	Problemstilling	2
1.2	Oppbygging av oppgaven	3
2	Musikalartister og stemme	4
2.1	Stemme og kropp – musikalartistens instrument	4
2.1.1	Stemme og stemmebruk	4
2.1.2	Sangopplæring og sangteknikk	7
2.1.3	Ivaretagelse av stemmen.....	11
2.2	Stemmen i musikalartisters yrkeshverdag	15
2.2.1	Videre krav til stemmen i sang	15
2.2.2	Krav til stemmen i skuespill- og dansedelen av yrket.....	16
2.2.3	Utfordrende arbeidsforhold i yrkeshverdagen	18
2.2.4	Stemmeforsterkere – mygg og mikrofon.....	19
2.2.5	Andre ytre yrkesmessige faktorer	20
2.3	Profesjonell stemmebruk og stemmevansker.....	21
2.3.1	Musikalartister - En risikogruppe for stemmevansker	21
2.3.2	Typiske stemmevansker hos musikalartister	23
3	Metode.....	25
3.1	Valg av metode og design.....	25
3.1.1	En fenomenologisk tilnærming	25
3.1.2	Semistrukturert forskningsintervju	26
3.2	Utvalg	26
3.2.1	Kriterier for utvelgelse av informanter	27
3.2.2	Presentasjon av informanter.....	29
3.3	Datainnsamling	30
3.3.1	Utarbeiding av intervjuguide	30
3.3.2	Gjennomføring av intervjuene	32
3.4	Bearbeiding og analyse av data.....	33
3.5	Studiens validitet og reliabilitet	36
3.5.1	Validitet	36
3.5.2	Reliabilitet.....	39

3.6	Forskningsetiske refleksjoner	39
4	Resultat og drøfting	41
4.1	Stemmen må alltid stemme- innledning	41
4.2	Å jobbe som musikalartist	43
4.2.1	Forholdet mellom skuespill, sang og dans.....	44
4.2.2	Stemmen i skuespill.....	46
4.2.3	Stemmen i sang	50
4.2.4	Arbeidsforhold	55
4.2.5	Stemmeforsterkere og lydforhold	61
4.2.6	Andre ytre faktorer i denne yrkessammenheng	63
4.3	Å ta vare på stemmen	64
4.3.1	Forhold til stemmen og ivaretagelse av den	65
4.3.2	Jobbmentalitet	67
4.3.3	Egne strategier for å ha en best mulig fungerende stemme	69
4.3.4	Musikalens ansvarlige - kunnskap om stemmen og krav til den	74
4.4	Yrket og stemmevansker	76
4.4.1	Erfaringer med stemmevansker	76
4.4.2	Tanker om forholdet mellom krav i yrket og stemmevansker	77
4.5	Oppsummering og konklusjon	79
5	Avslutning	81
	Litteraturliste.....	83
	Vedlegg 1: Informasjonsskriv	90
	Vedlegg 2: Intervjuguide.....	92
	Vedlegg 3: Tilråding av bearbeiding av personopplysninger fra NSD.....	96

1 Innledning

Et av de sentrale områdene innenfor logopedi er stemmevansker. For profesjonelle stemmebrukere vil det å få en stemmevanske kunne ha store konsekvenser. Det kan blant annet resultere i at man ikke har mulighet til å gjøre den jobben man er ansatt for å gjøre (Titze, Lemke, & Montequin, 1997). Derfor vil det for logopeder være nyttig å vite hvordan man best mulig kan hjelpe profesjonelle stemmebrukere. Musikalartister er en gruppe profesjonelle utøvere, som fullt og helt er avhengig av stemmen i yrket. De må klare å gjøre det maksimale ut av stemmen (Davies & Jahn, 2004). Som vist senere i oppgaven, kan de sies å være i en risikogruppe for utvikling av stemmevansker. I en musikalartists yrkeshverdag er det forskjellige faktorer som kan være medvirkende til at han eller hun kan utvikle problemer med stemmen (Sataloff, 2005a). Om stemmevansker skulle forekomme vil det være mulig å kontakte en logoped for behandling av disse vanskene. Det vil i denne sammenheng være viktig for logopeden å ha kunnskap om de stemmeutfordringene og risikofaktorene musikalartister opplever, slik at man kan ta hensyn til disse.

Musikalartister inkorporerer i større eller mindre grad både sang, skuespill og dans for å formidle det som ønskes. Det varierer fra artist til artist hvilken grad av erfaring de har innenfor de forskjellige disiplinene. Siden sang og tale er en vesentlig del av musikalartists yrke, vil stemmen brukes mye og i tillegg vil det stilles høye krav til stemmekvalitet (Vilkman & Rantala, 1999). Om man ønsker å ha en sunn og godt fungerende stemme kan hvordan man bruker, og må bruke stemmen ha mye å si (Murry & Rosen, 2000). Noen i denne yrkesgruppen vil ha utdanning i sang og/eller skuespill, og i større eller mindre grad ha kunnskap om stemmebruk og ivaretagelse av stemmen. Likevel er det ikke alltid man som musikalartist har mulighet til å ta hensyn til det man har lært om riktig stemmebruk og ivaretagelse av stemmen (Sataloff, 2005a). Derfor kan det for logopeder være en utfordring å jobbe med denne yrkesgruppen. Det vil i denne sammenheng være nyttig å ha kunnskap om hvilke yrkesmessige krav som stilles til dem og hvordan de best mulig kan takle disse, for å kunne legge til rette for at de skal ha en best mulig fungerende stemme.

En av grunnene til at jeg har valgt å fokusere på yrkesgruppen musikalartister er fordi jeg selv har utdanning som musikalartist. Det er først og fremst sang som er mitt hovedfelt, men gjennom utdannelsen har jeg også tilegnet meg kunnskap om skuespill og dans. Erfaringene og kunnskapen jeg har innenfor disse disiplinene tenker jeg kan være nyttig for en slik

oppgave. I tillegg er forebygging og behandling av stemmevansker noe jeg kunne tenke meg å jobbe med etter endt utdanning. Jeg ser derfor på dette som en mulighet til å lære mer om, og få en større forståelse for noe jeg interesserer meg for og forhåpentligvis kan få bruk for i mitt yrkesliv. Målet med oppgaven vil derfor være å få en dypere innsikt i hvilke forhold de utvalgte musikalartister ser på som viktige for at stemmen fungerer som den skal, eller hva som gjør til at de kan få problemer med den.

Jeg tenker også at det kan være positivt å trekke inn logopeder, slik at man kan forebygge stemmevansker i denne yrkesgruppen. Selv om musikalartister er opptatt av hvordan de bruker stemmen, kan dette først og fremst være fordi de ønsker at prestasjonen skal bli så bra som mulig. Det er gjerne sangpedagoger og stemmebrukslærere artister jobber med i forbindelse med stemmen. Man ønsker da først og fremst å utvikle og bedre de sanglige prestasjonene og skuespillprestasjonene. Ved å ha et logopedisk perspektiv i denne sammenheng, vil det kanskje kunne bli et større fokus rettet mot forebygging av og strategier for å takle stemmeproblemer. Dette tenker jeg kan være positivt med tanke på at man ønsker å ha en lang yrkeskarriere. Inntrykket jeg har av fagfeltet er at profesjonelle utøvere først oppsøker logoped når vansken har oppstått. For noen kan det av forskjellige grunner til og med være vanskelig å ta kontakt med logoped også når de merker at stemmen ikke fungerer som den skal (Gilman, Merati, Klein, Hapner, & Johns, 2009). Jeg stiller et spørsmål ved om det at logopeden har større innsikt i deres situasjon, kanskje kan gjøre det lettere for en artist å ta kontakt.

1.1 Problemstilling

Jeg valgt å ta utgangspunkt i yrkesmessige krav når jeg videre vil se på utfordringer og faktorer som kan ha en innvirkning på musikalartistens stemme. Alt som i yrkessituasjonen kreves av artisten for at hun eller han skal kunne gjøre jobben sin, vil i denne sammenheng ses på som yrkesmessige krav. Problemstillingen jeg har valgt for masteroppgaveprosjektet mitt er:

Hvordan opplever musikalartister at yrkesmessige krav virker inn på stemme, stemmebruk og ivaretagelse av stemmen?

Jeg har gjort en liten justering av problemstillingen fra slik den så ut tidligere i prosjektet. Etter å ha lest litteratur på området, så jeg at det var mye fokus på det som kaltes ”voice care”

og ikke bare på ”vocal hygiene”. I Norge er det først og fremst stemmehygiene man snakker om i denne forbindelse, derfor fant jeg ikke noe bra oversettelse på begrepet ”voice care”. Jeg valgte først å oversette dette til stemmepleie, men etter hvert ble det klart for meg at ivaretagelse av stemmen var et bedre ord å bruke. Derfor byttet jeg ut stemmepleie med ivaretagelse av stemmen i problemstillingen.

Den problemstillingen jeg her har valgt er relativt bred. For å sikre at jeg i undersøkelsen ville finne ut av det jeg ønsket, valgt jeg å lage noen forskningsspørsmål som gikk mer konkret på det jeg ønsket å undersøke. Disse var utgangspunktet for utarbeidelsen av intervjuguide.

Forskningsspørsmålene er:

- *Hvilken erfaring har musikalartister med stemmebruk og ivaretagelse av stemmen?*
- *Hvilke yrkesmessige krav stilles til musikalartisters stemme?*
- *Hvilke stemmeutfordringer oppleves å være risikofaktorer for utvikling av stemmevansker i denne yrkessammenheng?*
- *Hvordan ser musikalartister på forholdet mellom yrkesmessige krav og utvikling av stemmevansker?*
- *Hvordan takler musikalartister de yrkesmessige stemmeutfordringene?*

1.2 Oppbygging av oppgaven

Jeg har valgt å dele oppgaven inn i fem kapitler. Kapittel 1 er innledningen hvor jeg presenterer prosjektets bakgrunn og formål, samt problemstilling, forskningsspørsmål og oppbygging av oppgaven. I kapittel 2 gjør jeg rede for teorien som ligger til grunn for oppgaven. Her ser jeg på aspekter ved stemme, stemmebruk, sang, yrkesmessige krav og stemmevansker som er relevante for resultat og drøfting. Begrunnelsen for hvorfor jeg valgte en kvalitativ metode og redegjørelsen for metoden jeg har brukt, presenteres i kapittel 3. Her gir jeg en nøye beskrivelse av hvordan jeg har gått fram i alle stadier av prosjektet. I denne forbindelse vil jeg også drøfte studiets validitet og reliabilitet, samt dele mine etiske refleksjoner knyttet til prosjektet. Kapittel 4 er resultat og drøftingsdelen. Her presenterer jeg resultatene jeg kom fram til i arbeidet med det datamaterialet som ble samlet inn i intervjuene. Jeg drøfter resultatene og ser det i sammenheng med teorien presentert i kapittel 2. Til sist i denne delen vil jeg gi en kort oppsummering og konklusjon. Kapittel 5 er avslutningen av oppgaven.

2 Musikalartister og stemme

2.1 Stemme og kropp – musikalartistens instrument

For at musikalartister skal klare å uttrykke det de ønsker på scenen er de avhengig av stemmen. Stemmen og kroppen er deres instrument for å kunne formidle det kunstneriske budskapet, som både de selv og de andre involverte i produksjonen håper å kunne nå publikum med. Selv om også kroppen er en viktig del av musikalartistens instrument, vil hovedfokuset i denne oppgaven være på stemmen. Jeg vil ikke gå videre inn på hvordan artisten bruker kroppen som instrument i for eksempel dans. Dette fordi det er i sang og skuespill man er avhengig av stemmen, og med et logopedisk perspektiv, er det stemmen som er i fokus. Det stilles store krav til musikalartistens stemmebruk og sangteknikk for at de på best mulig måte skal kunne formidle en historie og skape troverdige karakterer. Derfor vil jeg videre se på hva som kreves stemmeteknisk av musikalartister, med tanke på at stemmen er deres instrument. For at stemmen skal være et godt fungerende instrument, er det essensielt at de vet hvordan de skal behandle og ta vare på stemmen sin. Dette vil jeg derfor komme inn på i slutten av dette kapitlet.

2.1.1 Stemme og stemmebruk

Kunnskap om hvordan man bruker stemmen og hvordan den fungerer, bør bli sett på som en styrke (Klimek, Obert, & Steinhauer, 2005a). Det gir en mulighet til å gjøre bevisste valg for hvordan man ønsker å bruke stemmen. Å vite hvordan man på sunnest og best mulig måte bruker stemmen, vil være positivt både generelt for stemmen, men også spesielt viktig for en person som arbeider i et stemmekrevende yrke. At hele stemmeapparatet fungerer godt vil være vesentlig for at stemmeprestasjonene skal bli så bra som mulig (Murry & Rosen, 2000).

For å oppnå suksess må musikalartister klare å gjøre det maksimale ut av den stemmen de har (Davies & Jahn, 2004). Ulike mennesker har ulikt utgangspunkt. Eksempelvis vil noen sangere ha et naturlig talent, med en stor stemmekapasitet og fleksibilitet, mens andre igjen vil måtte jobbe hardere for å klare å bruke stemmen på en like bra måte. Sluttresultatet publikum hører vil kanskje være noenlunde likt, selv om veien fram til målet var ulik (Davies & Jahn, 2004). Sadolin (2008) mener at alle lyder kan lages på en sunn måte, og at alle kan lære å synge. Hun mener at man ikke trenger å henge seg opp i sangteknikk, med mindre man

har sangtekniske problemer. Ut i fra det Davies, Jahn og Sadolin påpeker, kan man kanskje si at ikke alle nødvendigvis må være like bevisste på stemmeteknikk og hvordan de bruker stemmen, for å fungere som musikalartist. I musikalartisters yrkessammenheng er det resultatet og prestasjonen som er viktig, og ikke om man har tilegnet seg mye kunnskap i forkant av en opptreden. Men også Sadolin (2008) mener at å kunne teori om stemmen, kan være verdifullt for å komme videre i sin stemmeutvikling. Ser man på kunnskap om stemmen som en styrke, vil det i denne sammenheng være naturlig å se litt nærmere på hvordan stemmen fungerer i tale og sang.

Stemmefunksjonen

Det er i strupehodet (larynx) hovedkilden til lyd og stemmeproduksjon ligger (Colton, Casper, & Leonard, 2006). Men det er andre deler av kroppen som er like vesentlig for at man skal kunne lage lyder, snakke og synge. Stemmeproduksjonen kan deles inn i tre deler; aktivatoren, vibratoren og resonatoren (Turner, 2000). Aktivatoren til stemmen er de delene av kroppen som er involverte i innåndings- og utåndings prosessen, altså luftveiene, lungene, brystkassen, og innåndings- og utåndingsmuskulene (Rørbech, 1999). Det er den delen som gir energi slik man kan sette i gang vibratoren til å danne lyd. Pustebevegelsen skjer automatisk, men man kan endre pusten bevisst. Dette skjer både i tale og sang. Da styrer man pusten slik at ekspirasjonen (utpust) forlenges og inspirasjonen (innpust) forkortes. Ved abdominal pust eller ”magepust”, er det først og fremst den primære innåndingsmuskelen, diafragma, som er aktiv. Ved costal pust eller ”brystkassepust” er det de andre primære innåndingsmuskulene intercostales externi som er aktive. Det er stort sett enighet om at det er de abdominale musklene som har hovedansvaret for å bygge opp det subglottale trykket som er nødvendig i fonasjon (stemmedannelse), og at ”magepust” er mest hensiktsmessig (Rørbech, 1999).

Den andre delen i stemmeproduksjon er vibratoren, og i stemmen er dette strupen. Det er i strupehodet lyden og lydbølgene blir dannet. Dette skjer når stemmeleppene i strupehodet lukker seg mot hverandre og utpusten får dem til å vibrere (Rørbech, 1999). For at stemmeleppene skal begynne å vibrere er det nødvendig med et subglottalt trykk. Subglottalt trykk vil si det lufttrykket under stemmeleppene som møter motstand på vei opp fra lungene når det treffer et helt eller delvis lukket glottis (rommet mellom stemmeleppene). Fonasjonen er avhengig av et passende subglottalt trykk (Davies & Jahn, 2004). I følge Rørbech (1999) vil man i de forskjellige toneleiene bruke ulike stemmeregistre. De to hovedregistrene er

fullregister og randregister. I fullregister svinger hele stemmeleppemassen mot hverandre, mens i randregister er det bare randen eller kanten av stemmeleppene som vibrer mot hverandre. I delen om sangopplæring og sangteknikk vil jeg komme nærmere inn på registerfunksjon og ulike stemmekvaliteter.

Den siste delen i stemmeproduksjonen er resonatoren. Stemmens resonator er alle resonansrommene i ansatsrøret (Rørbech, 1999; Turner, 2000). Resonansrommene er med på å forme tonens klang.

Kroppsholdning og støtte

Andre viktige aspekter som har betydning for stemmeproduksjon er kroppsholdning og støtte (Eken, 1998; Rørbech, 1999). En god holdning er til hjelp slik at muskelenergien i kroppen kan forplante seg fritt og hurtig uten blokkeringer (Eken, 1998). Kroppsholdningen er rammen rundt instrumentet. For å kunne utnytte instrumentet på best mulig måte vil god kroppsholdning gi det optimale utgangspunkt for en utvidet pust, og styring av pusten. Siden profesjonell sang og tale fordrer en utvidet og kraftig bruk av stemmen, vil en god kroppsholdning og arbeidsstilling være ønskelig (Eken, 1998). Kroppen vil da ha en sentrert loddlinje, fra bakhodet til tærne. Føttene skal hvile på gulvet, bekkenet skal aktiveres lett, ryggen forlenges, nakken være løs og hodet fritt (Eken, 1998). Muskelarbeidet i denne sammenheng bør være dynamisk og fleksibelt.

Begrepet støtte er komplekst. I sang og tale ønsker vi å kontrollere lyddannelsen slik at produksjonen av lyden fungerer optimalt (Rørbech, 1999). For å kunne gjøre dette må man være bevisst på samarbeidet mellom musklene involvert i fonasjonen. Støtte kan defineres som det bevisste og kontrollerte samarbeid mellom musklene som bestemmer: utpustens trykk, kraften som styrer hvordan stemmeleppene går sammen under fonasjon, og kroppens holdning og balanse (Rørbech, 1999). Sadolin (2008) ser på støtte som en av de tre viktige grunnprinsippene i sang. Hun mener støtte vil si å motarbeide diafragmas behov for å slippe ut igjen luften som kom inn i lungene ved innpust. Ikke alle bruker begrepet støtte i sang. Forankring er et annet begrep som er benyttet i sangteknikkterminologien (Klimek et al., 2005a). Med forankring menes muskelarbeidet som er til hjelp for å stabilisere stemmen, og gjøre jobben til stemmeleppene lettere.

Jeg har nå tatt for meg det som er grunnlaget for tale og sang. Men det er også flere andre viktige momenter når det er snakk om å bruke stemmen i sang. Disse vil jeg gå videre inn på i neste del. I musikalsammenheng er det også flere krav til stemmebruken i tale, det vil si i skuespilledelen av yrket. Disse kravene vil jeg komme nærmere inn på i kapitlet ”Stemmen i musikalartisters yrkeshverdag”.

2.1.2 Sangopplæring og sangteknikk

Sangere bruker stemmen på forskjellige måter og kan benytte seg av ulike sangteknikker. Hvilken type sanger man er, bestemmes gjerne ut i fra hvilken musikk sjanger personen først og fremst synger innenfor. Det kan være vanskelig å si akkurat hvilken type teknikk man bruker i hver av de ulike sjangrene. En grov kategorisering kan i følge Timmermans, Vanderwegen og De Bodt (2005) være at klassiske sangere og noen kor- og musikalsangere bruker en klassisk sangteknikk, mens pop-, rock-, jazz- og countrysangere bruker en mer populær sangteknikk. Når de her nevner at musikalsangere bruker en klassisk sangteknikk, går de ut ifra at musikalsangerne har en formell sangopplæring. Som nevnt i innledningen vil hver enkelt musikalartist ha ulik erfaring med de tre disiplinene sang, skuespill og dans. Ikke alle er utdannet og formelt trent sangere (Davies & Jahn, 2004). Noen artister kan først og fremst være skuespillere eller dansere, og dermed ha mindre formell opplæring i sang. Og selv om noen musikalartister har formell sangopplæring, er de stilistiske og stemmemessige kravene som stilles til dem i denne sjangeren, forskjellig fra de som stilles i klassisk sang (Kayes, 2004). Nettopp fordi stemmekravene i denne sjangeren er annerledes enn i klassisk, er det nødvendig med en annen tilnærming til sangopplæringen for musikalartister enn for klassiske sangere.

Klassisk sangteknikk og populær sangteknikk

Sangere innenfor musikal og poplærsjangeren kan ha klassisk sangteknikk i bunn, men i følge Davies og Jahn (2004) er de ønskelige stemmekvalitetene i musikal og popmusikk radikalt forskjellige fra stemmeidealet i opera. De mener blant annet at en stemme med høyt volum og beltingteknikk er ønskelig og nødvendig for artister som skal stå på scenen i musikal. Denne beltingsteknikken ligger langt fra stemmeteknikken som brukes i klassisk sang. Davies og Jahn (2004) påpeker at en slik populær sangteknikk kan være potensielt skadelig for stemmen, dersom man ikke har nok sangtrening. Også Timmermans et al. (2005)

hevder at en populær sangteknikk kan forårsake dårlige stemmeatferd, for eksempel en anstrengt stemme og høytstilt strupehode. I klassisk sang ser man på det å ha et lavtstilt strupehode som en essensiell del av teknikken (Iwarsson & Sundberg, 1998). Det er til hjelp for gi stemmen mer kraft og rett klangfarge, samtidig som det koster sangeren mindre å produsere den rette lyden om strupehodet er lavtstilt (Cleveland, 1994). I tillegg ønsker man i klassisk sang en egal stemme, det vil si at overgangen mellom stemmeregistrene utjevnes og at man oppnår en lik klang på alle toner. En åpen og avspenning strupe, og lav plassering av strupehodet vil være til hjelp for å oppnå en slik egal klang (Eken, 1998). Å ha en egal stemme uten tydelige overganger mellom registre eller ulike stemmekvaliteter er også positivt for musikalsangere og skuespillere (Melton, 2007). Men til forskjell fra klassiske sangere er ikke en slik homogen klang noen man alltid ønsker av musikalsangere. De må i tillegg til å kunne ha en egal klang, også beherske teknikken for å få frem ulike stemmekvaliteter. Det kreves av dem at de kan produsere alle lyder, også fra teaterverdenen, slik som tale, roping og skriking. Forskjellen mellom tale og sang utjevnes, og alle lyder som kan produseres på en sunn måte kan være nyttige å bruke musikalsammenheng (Melton, 2007).

Stemmens register, funksjoner og kvaliteter

Det brukes forskjellig terminologi for å kunne beskrive stemmen og dens forskjellige registre, funksjoner og kvaliteter. Som nevnt tidligere mener Rørbech (1999) at stemmen har to primære registre; fullregisteret og randregisteret. I tillegg kan stemmen også ha et mellomregister, et kortregister og et lavregister. En annen betegnelse på fullregister er brystklangstemme, og randregisteret kalles også for hodeklang eller falsett. Brystklang og hodeklang er terminologi som henger igjen fra en klassisk tradisjon, men den brukes også mye i musikalsammenheng (Melton, 2007). I tillegg til denne registerterminologien, blir det i musikalsang brukt en del andre begreper, slik som belt, twang o.s.v. Det er da snakk at stemmen har forskjellige stemmekvaliteter eller funksjoner (Klimek, Obert, & Steinhauer, 2005b; Sadolin, 2008).

Den danske stemmeforskeren Sadolin (2008) velger å si at stemmen har forskjellige funksjoner i stedet for å bruke en registerinndeling. I følge henne kan all bruk av stemmen deles inn fire funksjoner. Disse er: ”neutral”, ”curbing”, ”overdrive” og ”edge” (tidligere kalt belting). De kjennetegnes blant annet ved at de er ikke- metalliske, halvmetalliske eller metalliske. Metallisk stemme er et begrep som blir brukt for å karakterisere en

gjennomtrengende, skarp, klar og bitende stemmekvalitet (Hanayama, Camargo, Tsuji, & Rebelo Pinho, 2009). I følge mine informanter er Sadolins (2008) ”komplett sangteknikk” mye brukt i det norske musikalmiljøet. Men siden jeg ikke ser disse funksjonsbegrepene brukt i annen forskning på stemmen, velger jeg å ikke gå videre inn på hennes diskurs i denne teoridelen.

Estill og hennes kolleger har forsket mye på sangstemmen (Estill, 1988; Yanagisawa, Estill, Kmucha, & Leder, 1989; Kmucha, Yanagisawa, & Estill, 1990). Hennes terminologi og definisjon av begreper er sentral i andres publiseringer om stemme og sangteknikk (Kayes, 2004; Klimek et al., 2005a; Klimek et al., 2005b; Pinksterboer, 2008), og den er også brukt i videre forskning om stemmen (Schutte & Miller, 1993; Sundberg, Gramming, & Lovetri, 1993; Sundberg & Thalén, 2009). Begreper hun bruker og definisjonen av dem er til en viss grad også mye brukt i musikalmiljøer rundt om i verden (Melton, 2007). Derfor velger jeg å ta for meg Estills terminologi spesielt. I stedet for å snakke om forskjellige registre, er det her snakk om ulike stemmekvaliteter. De seks grunnleggende stemmekvalitetene er ”Speech quality”, ”Falsetto quality”, ”Sob/Cry quality”, ”Twang quality”, ”Opera quality” og ”Belt quality” (Klimek et al., 2005b). Som tidligere nevnt er noe av det som forbindes med musikalsjangeren bruk av beltingteknikk. Men også de andre stemmekvalitetene er brukt i musikalsang (Kayes, 2004). Derfor vil jeg kort se på noe av det som kjennetegner de forskjellige kvalitetene, men på grunn av oppgavens omfang kan jeg ikke ta for meg alle karakteristikkene ved hver av kvalitetene. ”Speech quality” er karakterisert ved at den er naturlig og direkte, som talen. Stemmeleppemassen er tykk, det subglottale trykket er høyt, og strupehodet nøytralt (Kayes, 2004). Også i ”falsetto quality” er strupehodet nøytralt, men det subglottale trykket er lavt. Stemmeleppene vibrerer, men lukker seg ikke helt. Derfor blir det en mer diffus og luftig klang. Denne stemmekvaliteten er ikke bærekraftig, men den kan være til hjelp for eksempel for å skape et sårbart eller usikkert uttrykk i sangen (Kayes, 2004). Den kan også være nyttig å bruke i ensemble- eller korsang fordi den blander seg lett med andre stemmer med samme kvalitet (Klimek et al., 2005b). ”Sob/cry quality” har en tynn stemmeleppemasse og strupehodet er tiltet framover i lav (sob) eller høy (cry) posisjon. Det subglottale trykket er høyere enn i ”falsetto”, men lavere enn i ”speech” (Klimek et al., 2005b). Derfor blir klangen klar, rund, og lav, men intens. Det er denne kvaliteten som ligger til grunn for det som kalles ”legit” sang (eller legitimat singing) og brukes for eksempel mye i ballader i klassiske musikal (Kayes, 2004). ”Twang quality” lages ved at man gjør rommet over de ekte stemmeleppene, formet av aryepiglotticus sphincter, trangere og smalere

samtidig som strupehodet og tungen er høy. Dette gir en klar og gjennomtrengende stemmekvalitet. "Twang" kan være nasal eller oral (Klimek et al., 2005a). Denne kvaliteten er også en essensiell del av opera og belting, og gjør at stemmen får høyere volum (Yanagisawa et al., 1989). En stemme med mye "twang" kan for eksempel bli brukt om man skal spille en komisk eller nevrotisk karakter (Kayes, 2004). Kort fortalt er "opera quality" en blanding av "speech" og "twang", men med tiltet skjoldbrusk og lavt strupehode. Denne kvaliteten er ikke så mye brukt i musikal, men nødvendig å kunne i noen tilfeller. "Belt quality" eller belting er her definert som en blanding av "speech" og "twang", med et høyt strupehode og tiltet ringbrusk (Klimek et al., 2005b). Dette gjør at man kan synge høyere toner med en tykk stemmeleppemasse uten at det skader stemmen (Kayes, 2004). Man bruker gjerne belting for å uttrykke følelser som sinne, frustrasjon, desperasjon, glede og så videre.

Selv om dette er terminologi som blir brukt i musikalsangmiljøet, er det uenighet blant eksperter på musikalsang om hvilken terminologi som skal brukes, og hva som legges i de forskjellige begrepene. Når Hammond ble intervjuet om sangopplæring for sangere og skuespillere, sier hun: "All terminology currently being used seems to be subjective. I think as long as the student and teacher agree on the terminology, then that's okay" (Melton, 2007, p. 194). Et eksempel på dette er at begrepet belting ikke alltid blir definert på samme måte som tidligere nevnt i forbindelse med Estills terminologi. I et intervju med Lo Vetri sier hun at det ofte er forvirring når man snakker om belting som en kvalitet. Hun mener at belting er det samme som brystklang eller talekvalitet (Melton, 2007). Davies og Jahn (2004) er av samme oppfatning. De beskriver belting som "Yelling set to music" og mener at belting er brystklangstemmen presset opp i det registeret man skulle brukt hodeklangstemmen. Sangere som bruker mye belting, spesielt de som har lite sangopplæring, står i fare for å skade stemmen påpeker de. De mener at et høyt strupehode, twang kvaliteten, økt muskelspenninger i det subglottale området kan være med på å bidra til at en person utvikler stemmevansker (Davies & Jahn, 2004). Andre er uenige og mener at belting kan gjøres på en riktig og sunn måte (Kayes, 2004; Sadolin, 2008). Men Kayes (2004) påpeker at man i musikalsang som regel ikke trenger å belte mer enn noen få toner. Hun ser ikke på belting som brystklang, men som en miks med sammen kvalitet som brystklang. Denne kvaliteten brukes på høyere toner enn hva som er normalt for brystklangregisteret. Videre sier Kayes (2004) at bruk av noen stemmekarakteristikker vil kunne skade stemmen dersom man skal gjøre dette i en forestilling som går åtte ganger i uken. I disse tilfellene kan det være nødvendig å gjøre noen

modifikasjoner. Hun sier også at de kan gjøres med en riktig teknikk. Derfor er det viktig å få hjelp av en med kompetanse på området som kan gi råd om hvordan man best kan gjøre det.

Miks eller en mikset kvalitet er også et begrep som er brukt i musikalsang, men det er omstridt om begrepet miksstemme egentlig kan brukes (Pinksterboer, 2008). I Estills terminologi er det ikke snakk om miks som en egen stemmekvalitet, men at man kan mikse de seks overnevnte stemmekvalitetene. Noen av disse er en miks i seg selv også (Kayes, 2004). Rørbech (1999) mener at man kan utvikle et mellomregister, det vil si en mellominnstilling mellom de to hovedinnstillingene fullregister og randregister. Dette kan da kanskje sies å være en type miks. Den gjør at overgangen mellom hovedregistrene ikke blir så stor. Dette stemmer overens med Moore og Bergman (2008) definisjon av miksing, der de sier at miks ligger mellom belting og ”legit” sang. Miksklangen er lettere enn begge disse, og en sanger med en god miks kan lettere synge igjennom brystklang/hodeklang ”brekket” i stemmen.

2.1.3 Ivaretagelse av stemmen

For musikalartister kan det å ha en sunn og godt fungerende stemme sies å være nødvendig. Det å vite noe om hvordan man best tar vare på stemmen vil være til hjelp for å bevare en frisk stemme og bidrar derfor til å forebygge stemmevansker (Murry & Rosen, 2000).

Stemmehygiene

Profesjonelle stemmebrukere har trolig hørt mye om hva de bør gjøre, og hva de ikke bør gjøre i forhold til stemmen (Timmermans et al., 2005). Et av de sentrale elementene for å tilegne seg kunnskap om stemmen, slik at man kan holde den sunn, er i følge Murry og Rosen (2000) stemmehygiene. Ved å ha kunnskap om de stemmehygieniske tiltakene som kan gjøres i hverdagen, vil utøveren kunne forebygge problemer og følgelig ha en bedre stemme å bruke også i den profesjonelle sammenheng. Sataloff (2005b) ser på det å gjøre en person bevisst på stemmehygiene som en viktig del av det første trinnet i en behandlingsprosess, dersom stemmevansker har oppstått. Det å vite hvilken innvirkning kremting, hvisking, skriking, annen hard stemmebruk og mye prating har på stemmen, i tillegg til å vite hvilke tiltak man kan gjøre for å unngå dette, kan være til hjelp for å ta bedre vare på stemmen. I tillegg nevner Sataloff (2005b) at faktorer som støyende miljø, tørr luft, for lite søvn og hvile, samt for mye koffeininntak og for lite vanninntak kan ha innvirkning på stemmen. Det å ha en god stemmehygiene vil dermed si at man tar hensyn til alle disse faktorene, altså at man gjør det

som er bra for stemmen og unngår å gjøre det som kan hemme eller skade den. Punktene som vektlegges i Murry og Rosens (2000) stemmehygieneopplæring, er de samme som de Sataloff (2005b) nevner, men også en del andre aspekter trekkes fram som vesentlig. Eksempler på disse andre punktene er at man ikke skal løfte skuldrene når man puster inn og unngå å spise og drikke melkeprodukter før en opptreden. For å kunne ta bedre vare på stemmen og holde den sunn har Syracuse Voice Center laget en oversikt over hva man bør passe på når det gjelder stemmen (Colton et al., 2006). Her nevnes det at noe røyking, refluks og noen medisiner kan ha en negativ innvirkning på stemmen. Man bør være klar over det, og om det er mulig og ønskelig, gjøre forandringer og tiltak slik at de negative konsekvensene de har for stemmen minskes. Det legges også vekt på å lære riktig stemmebruk, kontrollere stress og ikke presse stemmen når man er syk. Dette er viktige punkter å ta hensyn til om man vil ha en sunn stemme. Det er gjort mye forskning som underbygger disse antagelsene om hva som er bra og ikke bra for stemmen (Fletcher, Drinnan, & Carding, 2007).

Å ta vare på stemmen

Begrepet stemmehygiene forekommer ofte i litteraturen, men også begrepet "voice care", som kan oversettes til ivaretagelse av stemmen, er mye brukt. Timmermans et al. (2005) argumenterer for at man ved å bruke dette begrepet, vil få en bredere forståelse av hva som er viktig for best å kunne ta vare på stemmen. Profesjonelle stemmebrukere bør gjøres bevisste på hvilke forhold som kan ha innvirkning på stemmen, og hvilken innvirkning disse forholdene har. Om man øker bevisstheten rundt dette, vil utgangspunktet for å kunne hjelpe og gi råd til denne yrkesgruppen bli bedre. Snakker man om stemmepleie eller ivaretagelse av stemmen, vil flere faktorer kunne trekkes inn i tillegg til stemmehygiene. Ser man for eksempel på yrkesgruppen sangere, vil faktorer som oppvarming, livsstil, medisinske retningslinjer, repertoar og karriereplanlegging være viktige momenter å ta med i betraktning når man skal legge til rette for en best mulig fungerende stemme (Timmermans et al., 2005).

Kunnskap om ivaretagelse av stemmen har antageligvis en stor betydning for å kunne ta best mulig vare på stemmen. Derfor vil det være interessant å se om forskning viser at bevissthet rundt dette er av betydning for stemmen. Chan (1994) mente at det er lite systematisk forskning på om opplæring i stemmehygiene er til hjelp, og om den har en positiv effekt på stemmen. Han undersøkte da om stemmehygieneopplæring hadde noen innvirkning på stemmen til førskolelærere. Resultatet av denne undersøkelsen viste at det var en signifikant

stemmeforbedring hos utvalget etter opplæringen, og at de fikk en bedre stemme om de klarte å redusere misbruk av stemmen. Flere studier er gjort på bevissthet rundt stemmehygiene og ivaretagelse av stemmen etter dette. En studie som undersøkte om opplæring i stemmehygiene hadde noen preventiv virkning på stemmehygieniske vaner og stemmekarakteristikken til sangstudenter (Broaddus-Lawrence, Treole, McCabe, Allen, & Toppin, 2000), viste at det var en minimal forandring i de stemmehygieniske vanene til studentene etter opplæringen. Selv om opplæring om stemmehygiene ikke viste noen signifikant forandring på vanene til studentene, var det tydelig å se en positiv trend. Når studentene ble spurt om hvilken nytte de hadde av opplæringen, indikerte resultatene at de var positive til opplæringen. Det at de var interesserte i å lære om stemmen, samsvarer med annen forskning gjort på sangere og skuespillere på dette feltet.

Braun-Janzen og Zeines (2009) undersøkelse viste at det var stor interesse for å tilegne seg kunnskap om ivaretagelse av stemmen blant både de profesjonelle sangerne og amatørangerne i deres utvalg. Dette kan indikere at sangerne var opptatt av å bevare en sunn stemme. Også i en undersøkelse gjort blant skuespillere (Zeine & Waltar, 2002) er det tydelig at både profesjonelle skuespillere og amatørskuespillere ønsker å lære mer om stemme og stemmehygiene. Man kan anta at de profesjonelle sangerne og skuespillerne gjennom sin utdanning vil ha tilegnet seg kunnskap om stemmen og hvordan ta vare på den i større grad enn amatører innenfor samme felt. Undersøkelsen gjort av Braun-Janzen og Zeines (2009) viste nettopp dette, at det var en signifikant forskjell på profesjonelle sangere og amatørangere når det gjaldt kunnskap om stemmen. De profesjonelle svarte mer riktig på kunnskapsbaserte spørsmål om stemmen. Undersøkelsen blant skuespillere (Zeine & Waltar, 2002) viste derimot ingen signifikant forskjell på de profesjonelle og amatørerne. Så selv om de profesjonelle i noe større grad svarte riktig på kunnskapsbaserte spørsmål, var ikke forskjellen stor.

Stemmeoppvarming

Som tidligere nevnt er oppvarming noe man må ta i betraktning når det er snakk om ivaretagelse av stemmen. Målet med stemmeoppvarming er først og fremst å klargjøre artistens stemmeapparat, slik at stemmen fungerer optimalt under forestillingen eller opptreden de skal gjøre (Timmermans et al., 2005). Det er forskjellige oppfatninger om hvilken betydning oppvarming har for stemmeapparatet. Sadolin (2008) mener at oppvarming

ikke er nødvendig, men hvis målet med oppvarmingen er å friske opp i sangteknikken, ser hun at det er et poeng med den. Om man derimot føler at teknikken sitter som den skal, er oppvarming ikke nødvendig. Hun poengterer at hvis artistene føler seg tryggere ved å friske opp teknikken, er det bare bra de varmer opp. Men det er viktig at man ikke bruker for mye krefter på oppvarmingen, siden det kan ha en negativ innvirkning på selve opptreden. I tillegg mener hun at det er når man er sliten, at de fleste stemmeproblemer oppstår (Sadolin, 2008). Dette kan tolkes som at hun mener oppvarming muligens kan ha en negativ innvirkning på stemmen i stedet for en positiv.

Timmermans et al. (2005) har et annet syn på oppvarmingens innvirkning på stemmen. De mener at man ved å forberede stemmen og tøyne musklene i oppvarming, forebygger stemmetretthet og stemmeskader. Vilkman (2004) mener at det er en generell oppfatning at stemmeoppvarming resulterer i å gjøre fonasjon lettere, men at empiriske funn kan indikere at oppvarming kan gi økt anstrengelse ved stemmeproduksjon. Det vil i denne sammenheng være naturlig å nevne to studier som ønsket å finne ut om stemmeoppvarming har noen betydning for forebygging av stemmetretthet. Konklusjonen fra den ene studien var at stemmeoppvarming ikke utgjorde noen forskjell på hvordan individer uten stemmetrening brukte stemmen sin etter oppvarmingen. Derfor hadde oppvarmingen heller ingen innvirkning på om de ble sliten i stemmen eller ikke. Men dette kan også ha hatt en sammenheng med at de ikke hadde noen tidligere stemmeopplæring, og at oppvarmingen var for kort (Milbrath & Solomon, 2003). I den andre studien kom de fram til at faktorer som stemmebakgrunn og repertoar også hadde betydning for hvor fort sangeren ble sliten (Welham & MacLagan, 2004). Disse studiene ga derfor ikke noen klare svar på om det er noen sammenheng mellom stemmeoppvarming og forebygging av stemmetretthet (Timmermans et al., 2005).

Som nevnt innledningsvis er hovedhensikten med stemmeoppvarming å forberede stemmen til en best mulig opptreden. Antagelsen om at stemmeoppvarming har en betydning er først og fremst basert på subjektive erfaringer (Amir, Amir, & Michaeli, 2005). Derfor ønsket Amir et al (2005) å gjøre en kvantitativ studie for å se på om stemmeoppvarming hadde noen innvirkning på stemmekvaliteten hos unge sangerinner. Deres studie viste at stemmeoppvarming hadde en positiv effekt på stemmekvaliteten, spesielt for mezzo-sopranene og i deres dype leie. En annen studie viste at korte vokaløvelser for sopraner var til hjelp for å stabilisere stemmen i det høye toneleiet (Motel, Fisher, & Leydon, 2003). Disse studiene ser ut til underbygge en påstand om at stemmeoppvarming kan ha en positiv effekt

på opptredenene. I en studie av McHenry, Johnson og Foshea (2009) kommer det fram at for kvinnelige sangere var en kombinasjon av fysisk oppvarming og stemmeoppvarming et bedre oppvarmingsalternativ enn en ren stemmeoppvarming. Mennene i undersøkelsen hadde ikke noe større utbytte av denne oppvarmingskombinasjonen.

2.2 Stemmen i musikalartisters yrkeshverdag

Det er kulturelle forskjeller i musikal og teaterverdenen. Melton (2007) sier at det er logisk at teater i seg selv varierer fra land til land. Hun intervjuet sangpedagoger som er spesialiserte i musikalsjangeren i tre land med store musikaltradisjoner; U.S.A, Storbritannia og Australia. Disse intervjuene viste at det var forskjeller i musikaltradisjonene i de ulike landene, og i Norge vil det være andre forskjeller. Nettopp fordi vi er et lite land og ikke har en like stor musikaltradisjon som de andre nevnte landene, er det naturlig nok ikke skrevet så mye om det å være musikalartist i Norge, og om musikalartistens yrkeshverdag. Jeg fant kun en undersøkelse som ser på skuespillere som synger og deres stemmer (Hansen, 1989). Dette er en eldre undersøkelse, og forholdene kan ha forandret seg en del etter dette. Jeg vil derfor i denne teoridelen støtte meg til litteratur jeg har funnet om musikalartister og deres yrke fra andre land, men som jeg ser kan være gjeldende også for musikalartister i Norge. For selv om yrkeshverdagen til norske musikalartister er noe annerledes enn i andre land med større musikaltradisjon, vil en del krav til stemmen og forhold i denne yrkessammenheng naturlig nok være de samme.

2.2.1 Videre krav til stemmen i sang

Jeg har også tidligere nevnt at stemmekravene til musikalartister er store, spesielt i forhold til det sangtekniske aspektet. Jeg vil videre gå litt inn på dette med sang og stil. Det er stor stilistisk variasjon innenfor musikalsjangeren (Deer & Vera, 2008). Hvis man ser på forskjellige musikal har de ulike typer musikalske uttrykk, og sangstil varierer i stor grad fra musikal til musikal. For å kunne være med i forskjellige type musikal vil det være et krav om at man må kunne bruke stemmen på alle mulige måter (Melton, 2007).

I dag er stemmekravene til musikalartister annerledes enn det de var tidligere. I et intervju sier Howard at kravene til musikalartister nå er større enn noen gang. Man kan bli bedt om å synge en operaarie den ene dagen og en rockesang den neste (Melton, 2007). Også Lo Vetri

påpeker i sitt intervju at man må kunne synge alle typer sangstiler, og spesielt rock fordi det er i den retningen musikalen har utviklet seg (Melton, 2007). Ekens (1998) synspunkt på spørsmålet om sangstil er at man ikke kan synge heavy rock den ene dagen og klassisk den andre, på samme måte som man ikke kan være både maratonløper og ballettdanser. Hun mener at muskulaturen rett og slett ikke vil klare en slik omstilling. Derfor bør en sanger spesialisere seg innenfor en sjanger. Ut ifra det som er nevnt tidligere, ser man at en slik spesialisering kan være en utfordring for musikartister. Jeg tenker at dette vil være spesielt utfordrende for norske musikartister, nettopp fordi det ikke settes opp så mange musiker i året. Om man da er spesialisert i kun en sjanger, kan man risikere å passe inn i et fåtall av musikalene som settes opp, og dermed ha en mindre sjanse til å få jobb.

I eldre musiker var klassisk eller ”legit” sang ofte brukt, mens vi dag har musiker innen mange ulike musikksjangre (Deer & Vera, 2008; Melton, 2007). Det å kjenne til stilen i musikalen er viktig, og hvilken stil den er skrevet i vil ha betydning for hvordan man skal stå, synge, bevege seg og snakke (Deer & Vera, 2008). Man kan ut ifra dette si at en musiker er en type ferdig ”komposisjon” før musikartisten begynner å jobbe i den. Det vil derfor være vesentlig å kunne gjøre roller slik de originalt var tenkt. Men slik jeg har sett det kan både artisten og det kunstneriske teamet i musikalen noen ganger velge å gjøre det på en annen måte.

2.2.2 Krav til stemmen i skuespill- og dansedelen av yrket

Et uttrykk som gjerne er brukt i forbindelse med musikalyrket er ”trippel threat”, trussel på tre områder. Man bør være dyktig i tre ulike disipliner, både i skuespill, sang og dans. Dette gjør yrket ekstremt krevende (Melton, 2007). Jeg har til nå sett mest på hva som kreves i sangdelen av musikalyrket, men også i skuespill- og dansedelen av yrket er det store krav til stemmeapparatet.

Skuespill

Når en skuespiller skal tolke en rolle, kan stemmeleie, klang, rytme, volum og stemmekvalitet være avgjørende for om rollekarakteren er troverdig (Sataloff, 2005a). Noen ganger vil det som rollen krever av stemmen, ikke være den beste måten å bruke stemmen på. Det kan være belastende for stemmen, og også noen ganger være misbruk av den. Derfor kan man si at rollemessige krav og ”nødvendig” og unødvendig feil bruk av stemmen kan regnes som

risikofaktorer i musikalartistyrket. Eksempler på dette kan være et for høyt stemmeleie, for høyt volum eller skriking, mye hosting/kremting og ekstrem latter (Sataloff, 2005a). I tillegg sier Berry (2000) at om man skal spille en stor, emosjonell rolle kan man være fristet til å øke stemmens volum for å fylle rollen. Også Rodenburg (1998) snakker om dette med volum og emosjoner. Hun sier at volum og emosjoner henger sammen. Og selv om hun sier at man skal eksperimentere med å bruke volum på stemmen, skal dette volumet alltid henge sammen med den emosjonelle sannhet og det man ønsker å formidle. Hun mener at noen skuespillere skriker og presser uten at det emosjonelle i teksten er bakgrunnen for denne stemmebruken. Hansen (1989) mente at det melodiose preget i en forestilling ofte kunne forsvinne i norske musikaler, og at man ble sittende igjen med et inntrykk av skrik.

Kroppsholdning i musikaler vil være forskjellig fra den man har i en del andre profesjonelle stemmebrukeres yrker (Davies & Jahn, 2004). I musikaler skal man synge og spille skuespill i ulike stillinger for å kunne få fram en handling. Man står ikke alltid rett opp og ned slik man for eksempel kan gjøre på en konsert. De ulike stillingene og holdningene kan hindre en optimal stemmedannelse (Davies & Jahn, 2004). Kroppsholdning kan også sies å være viktig i tolkningen av en rollekarakter. Det er ikke alltid at den kroppsholdningen musikalartisten velger å bruke for å få frem rollekarakteren, er positivt for stemmeapparatet. ”Dårlig” kroppsholdning kan i følge Vilkmann og Rantala (1999) være en risikofaktor for utvikling av stemmevansker. Turner (2000) mener at det er først uten spenninger at en skuespiller kan oppnå en perfekt teknikk. Man kan kanskje ut ifra dette si at selv om skuespillere må stå i forskjellige stillinger og ha ugunstige kroppsholdninger, så trenger ikke dette nødvendigvis resultere i spenninger.

Dans

Den siste disiplinen som inngår i musikalyrket er dans. Denne delen har jeg valgt å ikke legge så mye vekt på. En av grunnene til det er at det naturlig nok ikke er like mange stemmemessige krav til artistene i dansedelen av yrket. I tillegg er mine informanter ikke først og fremst dansere. Likevel vil de i musicalene som de er med i, måtte bevege seg og danse i større eller mindre grad. Derfor vil jeg kort se på hvilken innvirkning dans kan ha på stemmen. Det er først og fremst pusten det da er snakk om. Måten man bør puste på i sang og tale er annerledes enn den man bruker i dans. Hos dansere og i dans vil pusten være noe høyere, en mer costal pust (Melton, 2007). I et intervju sier LeBorgne at ”core strength” er

helt essensielt når man skal bevege seg, også når man synger samtidig (Melton, 2007). ”Core Strength” vil si å ha et sterkt senter, altså at man bruker de indre magemusklene til å stabilisere kroppen. I sitt intervju sier Pacoe at man som musikalartist må takle et motstridende krav til de abdominale musklene (Melton, 2007).

2.2.3 Utfordrende arbeidsforhold i yrkeshverdagen

Det er også en del krav til musikalartister som er knyttet spesielt til deres yrkeshverdag. Davies og Jahn (2004) mener at musikalartister kan sammenlignes med maratonløpere. De må spille åtte show i uka i mange måneder. Også Pascoe påpeker i sitt intervju at et av de største kravene til musikalartister er at de må utvikle en teknikk og vedlikeholde denne teknikken, slik at de kan prestere optimalt åtte show i uken (Melton, 2007). Musikalartister i Norge må gjøre et stort antall forestillinger over en lengre periode, selv om det sjelden er langt opp til så mye som åtte forestillinger av samme show på en uke. I tillegg påpeker Sataloff (2005a) at man i skuespilleryrket, og da også i musikalyrket, noen ganger vil måtte jobbe lange dager. Dette fordi prøvene til en ny produksjon foregår på dagtid, samtidig som en forestilling blir spilt på kveldstid. Et annet forhold som i følge Sataloff (2005a) kan være en del av en skuespiller og musikalartists yrkeshverdag, er mye reising og midlertidige boforhold. Dette kan også ha en negativ innvirkning på stemmen.

Når yrket legger stor belastning på stemmen, kan det føre til at musikalartisten blir sliten og opplever ubehag i halsen. For at stemmen da skal kunne bli bedre vil det være positivt med hvile (Vilkman, 2004). I følge Timmermans et al. (2005) er det lite forskning på hvilken effekt hvile av stemmen før, under og etter forestilling har på stemmen, men de mener likevel at fornuften sier oss at det er fordelaktig. En av undersøkelsene som viser at hvile av stemmen kan være positivt, er Yiu og Chans (2003) studie som var gjort på amatør karaokesangere. Her kom det fram at sangerne kunne synge i en lengre tidsperiode uten å føle stemmetretthet, dersom de fikk hvile stemmen og drikke vann underveis. Selv om man er sliten eller er syk er det ikke alltid like lett for en musikalartist å hvile stemmen. Om man ikke har en reserve, vil forestillingen måtte avlyses. Det er ikke ønskelig, verken for en selv, de andre involverte i produksjonene eller publikum. I store musikalproduksjoner i utlandet er det vanlig å ha opp til flere reserver på hver rolle. En reserve er en person som kan steppe inn å gjøre rollen til den som ikke kan opptre (Moore & Bergman, 2008). De får gjerne kort varsel og lite øvingstid i forkant. I Norge er det få produksjoner som har reserver til de ulike rollene.

Siden en musikalartists stemme er en sentral komponent for at han eller hun skal kunne gjøre jobben sin, vil det at stemmen fungerer også ha betydning for personens økonomiske situasjon. Rodenburg (1998) trekker fram at mange skuespillere er redde for ikke å få nye jobber etter at et engasjement fra en jobb er over. Dette kan føre til at de jobber selv om de er syke eller i andre tilfeller hvor de egentlig burde ha latt være. De vil aldri være borte fra en forestilling eller en prøve fordi de ønsker å gi et godt inntrykk slik at de kan få flere jobber. Dette er viktig fordi det er stor konkurranse i musikalyrket. Nettopp derfor kan det også være vanskelig å si ifra dersom man blir bedt om å gjøre ting man stemmemessig ikke ønsker å gjøre (Sataloff, 2005a). Det å være samarbeidsvillig, og ikke si imot dem man jobber for, vil man tenke er positivt for å kunne få senere jobber. I følge Sataloff (2005a) vil få i denne type yrke føle seg trygge nok i sin posisjon til å kunne kreve eller spørre om å få slippe for eksempel å røyke og skrike, eller at det skal bli gjort andre forandringer som vil vært gunstige for stemmen. Rodenburg (1998) mener at å være sosial etter en forestilling også kan være positivt for å bygge opp sin karriere og at mange skuespiller ønsker å være sosiale samme med medarbeidere etter forestillingen. Denne sosialiseringen skjer gjerne i lokaler med mye støy og tørr luft, i tillegg vil man kanskje i denne typen sammenkomster drikke alkohol. I følge henne er ikke dette noe som virker positivt inn på stemmen, men noe som derimot kan fører til feil bruk av den.

Det at konkurransen er stor kan også føre til en stresset arbeidssituasjon, med auditioner og press på å få en jobb. Og når man har fått en jobb, vil det kunne sies å være et press på å prestere slik at man kan få nye jobber. Stress kan være en faktor som har innvirkning på stemmen (Wellens & Opstal, 2001). Den kan ha mange fysiske konsekvenser, som dårligere kontroll av pust og artikulasjon, og flere spenninger. Så ut ifra dette kan vi si at om stresset vises i stemmen, kan det ha en negativ innvirkning på prestasjonen.

2.2.4 Stemmeforsterkere – mygg og mikrofon

Musikalproduksjoner er som regel forsterket (Melton, 2007). Det vil si at bruk av mikrofoner, som regel mygg-mikrofoner, er vanlig for å forsterke lyden. I opplæringen, treningssituasjoner og på audition vil som regel musikalartister synge akustisk. På scenen derimot vil ikke alltid den lyden musikalartister lager kunne fylle rommet på den samme måten som lyden i klassisk sang kan (Melton, 2007). Mange artister ser på stemmeforsterkere som helt nødvendig, og noen med en populærsangteknikk vil ikke ha blitt hørt uten (Davies &

Jahn, 2004). Melton (2007) påpeker at skuespillere, i likhet med klassiske sangere, må kunne bli hørt på scenen uten mikrofon med både lavt og høyt volum på stemmen, i hvilken som helst stil, aksent, dialekt og på alle typer scener. Når mikrofonbruk nevnes i Hansens (1989) undersøkelse, ble det sagt at mygg også ble brukt på små scener. I den forbindelse mente noen at mikrofonbruken i teatret var overdrevet, og at skuespillere fortsatt kunne lære seg å bruke stemmen godt nok. Da ville man ikke trenger å benytte seg av stemmeforsterkning i like stor grad.

Davies og Jahn (2004) mener at stemmeforsterkning både er positivt og negativt. Det negative er at artister med et stemmeredskap som er utrent og i dårlig stand, kan opptre selv om de ikke burde. I tillegg har det blitt en trend i musikaler at lydstyrken helst skal være veldig høy. Derfor blir også bandet eller orkesteret forsterket så mye at musikalartisten kan slite med å bli hørt over akkompagnementet selv med egen stemmeforsterker. Ideelt skal artister som bruker mikrofon ha monitorering og ”lytting”, slik at de kan justere sin egen stemmebruk. Det vil være til hjelp slik at det kan skapes en balanse mellom lydnivået på vokalen og de andre instrumentene (Davies & Jahn, 2004). I et intervju med Saunders-Barton sier hun at en musikalartist som har stemmeforsterker, bør bruke stemmen sin på akkurat den samme måte som han eller hun ville gjort dersom de ikke hadde hatt forsterkning (Melton, 2007). Hun sier at de som styrer lyden, skal ta seg av det, og sangeren selv må bare gjøre små justeringer. Det kan da sies å være viktig at lydteknikere som styrer lydanlegget, klarer å ta hensyn både til skuespillernes ønske og dagsform og publikums behov (Hansen, 1989). Davies og Jahn (2004) på sin side mener at teknikken man bruker med mikrofon er forskjellig fra den man bruker akustisk.

2.2.5 Andre ytre yrkesmessige faktorer

Det er også en del ytre faktorer i denne yrkessammenheng som kan ha en innvirkning på musikalartistens stemme. Forestillingslokalets størrelse og akustikk er en av dem. Man må ha stemmetekniske ferdigheter som gjør at man kan tilpasse stemmebruken til de forskjellige lokalene (Sataloff, 2005a). Et stort lokale krever at utøverens stemme når ut til dem som sitter helt bakerst i salen. Ut i fra dette ser man at dårlig akustikk og store rom som krever at musikalartisten snakker og synger over store avstander, kan være utfordrende stemmemessig for en musikalartist (Vilkman, 2000). Forestillinger med sang, dans og skuespill kan også foregå på utendørsscener. Da vil sceneforholdene være annerledes, og det kan forekomme

andre utfordringer for stemmen (Ingram & Lehman, 2000). Luftkvaliteten i forestillingslokalet og bakgrunnsstøy nevnes av Vilkmann (2000) som mulige risikofaktorer for utvikling av stemmeproblemer hos profesjonelle stemmebrukere. For musikalartister kan disse faktorene ha en negativ innvirkning på stemmen. Bakgrunnsstøy i denne sammenheng vil blant annet være orkesteret eller bandet. En annen ytre faktor som kan ha negative konsekvenser for stemmeapparatet og stemmebruk for musikalartister, er spesielle krav til kostymer og sminke (Sataloff, 2005a).

2.3 Profesjonell stemmebruk og stemmevansker

Noen yrkesgrupper kan lettere utvikle stemmevansker fordi spesielle yrkesmessige faktorer kan gjøre dem mer utsatt for slike vansker (Williams, 2003). En profesjonell stemmebruker kan defineres som en som har stemmen som sitt primære arbeidsredskap, og er avhengig å ha en utholdende, spesiell eller tiltalende stemmekvalitet, og hvis personen skulle utvikle dysfoni eller afoni vil konsekvensen være at de ikke kan gjøre jobben sin og må finne et annet yrkesalternativ (Titze et al., 1997). Selv om det er mange andre yrkesgrupper som har stemmen som sitt primære arbeidsredskap, er det gjerne sangere og skuespillere man tenker på når man snakker om profesjonelle stemmebrukere. Man kan klassifisere profesjonelle stemmebrukere ut ifra hvor stor belastningen det er på stemmen, og hvor høye krav det stilles til stemmekvalitet (Vilkmann & Rantala, 1999). Skuespillere og sangere er de eneste yrkesgruppene som både har høye krav til stemmekvalitet og stor belastning på stemmen. I de fleste land er ikke stemmevansker sett på som en yrkesplage. Dette kan være ugunstig og ha økonomiske konsekvenser for individet (Vilkmann, 2004). Dejonckere (2001) mener at utvikling av stemmevanskene hos profesjonelle stemmebrukere først og fremst henger sammen med yrket. Derfor bør stemmevansker i denne sammenheng ses på som en yrkesmessig vanske eller skade på samme måte som yrkesmessig hørselstap eller ”tennis albue” (Dejonckere, 2001; Vilkmann, 2000). Siden profesjonelle stemmebrukere er i risikogruppen for å utvikle yrkesmessige stemmevansker trenger de særskilt forebygging og behandling (Dejonckere, 2001).

2.3.1 Musikalartister - En risikogruppe for stemmevansker

Sataloff (2005a) påpeker at det er flere forhold i skuespilleres yrke og ved deres livsstil som kan være medvirkende til at de utvikler stemmevansker. Disse vil da også gjelde for

musikalartister. Mange av de kravene og stemmeutfordringene jeg har sett på tidligere i teoridelen, er de Sataloff (2005a) mener kan være risikofaktorer i forhold til det å utvikle stemmevansker. En annen risikofaktor i yrker med mye stemmebruk er utilstrekkelig behandling av tidlige tegn på stemmevansker (Vilkman, 2000). Om ikke musikalartisten selv, eller de rundt artisten tar hensyn når det vises tegn på overbelastning av stemmen, vil muligheten for utvikling av stemmevansker øke. Det fins også en del individuelle risikofaktorer som kan være gjeldende hos også denne yrkesgruppen, og som kan ha betydning for om de utvikler stemmevansker. Disse kan for eksempel være dårlige stemmehygieniske vaner, den enkelte skuespillerens helsetilstand og et spesielt image skuespilleren vil beholde selv om det gir negative konsekvenser for stemmen.

Musikalartister vil som nevnt over, være i en risikogruppe for utvikling av stemmevansker. Det fins ikke så mye forskning relatert til musikalartister og stemmevansker, men som tidligere nevnt kan musikalartister regnes som både sangere og skuespillere. Derfor vil jeg se på de empiriske funn fra forskningen om stemmevansker, som er gjort på disse to yrkesgruppene separat. Det vil også være interessant å se på hvilke type stemmevansker de er mest utsatt for.

Titze et al. (1997) fant i sin undersøkelse ut at sangere utgjorde 0,02 % av den arbeidende populasjonen i USA. Som vi ser her er sangere en liten yrkesgruppe, men resultatet fra undersøkelsen viste at de som yrkesgruppe representerte en stor andel av klientene ved stemmeklinikker. Hele 11,5 % av individene som søkte hjelp i forhold til stemmeproblemer ved disse klinikkene, var sangere. Av sangerne var bare 0,002 % klassiske sangere, de resterende og den største andelen ble kategorisert som sangere innenfor andre musikalske sjangere. Fritzell (1996) gjorde en undersøkelse i Sverige på stemmevansker og yrke som viste at det generelt var flere kvinner enn menn som søkte hjelp for stemmevansker, også blant skuespillere og sangere. Det er gjort flere studier som tar for seg sangere og selvrapporterte stemmevansker. Miller og Verdolini (1995) undersøkelse viste at flere sangpedagoger rapporterte å ha hatt stemmevansker sammenliknet med deres kontrollgruppe. Dette kan da indikere at sangpedagoger også er i en risikogruppe for å utvikle stemmevansker. Det kom også fram at kvinner og yngre sangere i større grad rapporterte stemmevansker. En studie av Phylard, Oates og Greenwood (1999) så på stemmevansker hos tre ulike sangergrupper; klassiske sangere, musikalsangere, og ”contemporary” sangere (ekskludert pop/rock sangere). Det var ingen signifikant forskjell mellom gruppene når det

gjaldt erfaringene de hadde med stemmevansker. Samme undersøkelse viste at sangere rapporterte at deres stemmevansker vedvarte, og at vanskene ble diagnostisert, til forskjell fra kontrollgruppen med ikke-sangere hvor dette ble rapportert i mindre grad.

Kitch and Oates (1994) undersøkte stemmetretthet hos 10 sangere og 10 skuespillere. Resultatet fra denne undersøkelsen viste at skuespillere først og fremst mente at det var ”styrke og volum”-delen av stemmen som ble berørt når de var slitne i stemmen. Hos sangere ble det rapportert at det var det dynamiske stemmeaspektet og stemmeregisteret de merket det på når de ble slitne. Det viste seg at stemmetretthet hos disse sangerne og skuespillerne ble forårsaket av stemmemisbruk, høye krav til opptreden, bruk av et lyst stemmeregister og høyt volum. En annen undersøkelse tok for seg stemmetretthet hos utdannede skuespillere etter forestilling (Novak, Dlouha, Capkova, & Vohradnik, 1991). Den viste at stemmetrettheten så ut til å være svært stor for individer fra denne yrkesgruppen. Likevel var den mindre åpenbar hos de individene som hadde godt trente stemmer. Stemmetrettheten mentes å være forårsaket av enten høy vokal/fysisk anstrengelse eller emosjonelt stress.

Som vi ser her er stemmetretthet en av stemmevanskene som kan forekomme hos skuespillere og sangere. Også en norsk undersøkelse av skuespillere som synger i musikal, viste at en kombinasjon av tale og sang virket mer anstrengende på stemmen til disse skuespillerne, og kunne derfor lettere føre til vansker som stemmetretthet (Hansen, 1989). I en undersøkelse av Rosen og Murry (2000) kom det fram at de mest vanlige stemmevanskene hos sangere var stemmebåndsknuter, polypper, og stemmebåndscyster. Alle disse nevnte stemmevanskene kan oppstå etter for mye eller u hensiktsmessig bruk av stemmen. Dette er da ulike typer funksjonelle stemmevansker.

2.3.2 Typiske stemmevansker hos musikalartister

Som vi ser, er det først og fremst ulike typer funksjonelle stemmevansker musikalartister står i fare for å utvikle. Lindestad og Södersten (2008) sier at dersom man har en funksjonell stemmevanske vil ikke forklaringen på hvorfor stemmevansken oppsto være strukturelle forandringer i taleorganet. Det er hvordan personen bruker stemmen sin som er årsaken til at en slik stemmevanske oppstår. Både diagnosene stemmetretthet, også kalt fonasteni, og dysfoni/afoni er funksjonelle stemmevansker. Årsaken til stemmetretthet er overanstrengelse av stupehodets indre og ytre muskler. En slik overanstrengelse kan være et resultat av at det stilles store krav til personens stemme (Lindestad & Södersten, 2008). Det sies at årsaken til

dysfoni og afoni (helt bortfall av stemme) kan være psykogene eller at dette kan forekomme i forbindelse med en halsinfeksjon. Om dysfonien eller afonien er forårsaket av halsinfeksjon eller akutt laryngitt blir den av Lindestad og Södersten (2008) kategorisert under en annen form for stemmevansker; inflammatoriske og ikke-inflammatoriske organiske stemmevasker. Hertegård (2008) sier at akutt laryngitt er et vanlig problem hos profesjonelle artister siden stemmen da kan bli hes og afonisk og gjøre det vanskelig for artisten å opptre.

I følge Colton et al. (2006) kan feil og skadelig bruk av stemmen også bidra til at forandringer i stemmebåndsvevet oppstår. Resultatet kan da for eksempel være stemmebåndsknuter, polypper, cyster eller ødem. Disse vanskene regnes også som funksjonelle stemmevansker. Lindestad og Södersten (2008) kaller dette funksjonelt organiske stemmevansker. De sier at årsakene til polypper kan være langvarig anstrengelse av stemmen, mens årsaken til stemmebåndsknuter er overanstrengelse av stemmebåndskanten. Videre nevnes det at intensiv stemmebruk og dårlig stemmeteknikk kan antydes å være en årsak til stemmebåndsknuter. Colton et al. (2006) sier at cyster ofte forekommer hos profesjonelle stemmebrukere. Årsaken til at disse oppstår er ikke klar, men de sier at feil og skadelig bruk av stemmen er en medvirkende faktor. Randkantsødem kan også oppstå etter overanstrengelse av stemme. Denne typen stemmevanske påvirker ikke talestemmen nevneverdig, men kan ha betydning for sangstemmen (Lindestad & Södersten, 2008). Hertegård (2008) påpeker at dette kan være et vanlig problem for artister og ofte forekomme i sammenheng med laryngitt.

De stemmevanskene som jeg kort har presentert her, vil være noen av dem musikalartister kan være i en risikogruppe for å utvikle. Jeg har allerede sett noe på hva som kan være grunnen til dette: Ulike forhold og krav i yrket kan gjøre det utfordrende for dem å ha en godt fungerende stemme. I resultat- og drøftingsdelen vil jeg blant annet se videre på forhold og faktorer som kan gjøre det lettere for individer innenfor denne yrkesgruppa å utvikle slike vansker. Før jeg går inn på dette, vil jeg presentere den metoden jeg brukte for å samle inn data og redegjøre for hvordan jeg gikk fram i alle stadier av undersøkelsen.

3 Metode

3.1 Valg av metode og design

I valg av metode tok jeg utgangspunkt i problemstillingen;

Hvordan opplever musikalartister at yrkesmessige krav virker inn på stemme, stemmebruk og ivaretagelse av stemmen?

Med en slik problemstilling var det naturlig for meg å velge en kvalitativ metode. Jeg ønsket å få en dypere innsikt i hvordan musikalartister opplever krav i sin yrkessituasjon, og hvordan de opplever at kravene virker inn på stemmen. Ved å komme nærmere hver enkelt informant i et intervju ville jeg ha mulighet til å få en større innsikt. I kvalitativ forskning søker man å forstå nettopp deltakernes perspektiv (Postholm, 2010). Om man ville se på kausale effekter og sammenhenger ville det vært naturlig å velge en kvantitativ tilnærming, og en form for eksperimentelt eller ikke-eksperimentelt design (Lund, 2002). Selv om jeg vil se noe på forholdet mellom de yrkesmessige kravene og stemmen/utvikling av stemmevansker, er det hvordan informantene opplever dette forholdet som er vesentlig for meg. Det vil si at jeg ønsker å forstå individenes opplevelse av et fenomen. I kvalitativ forskningstradisjon er fokuset nettopp rettet mot å utvikle forståelsen av fenomener knyttet til personer og situasjoner i deres sosiale virkelighet (Dalen, 2004). Fenomenologi er en tradisjon innenfor kvalitativ forskning (Gall, Gall, & Borg, 2007). Jeg vil trekke fram noen av hovedlinjene i denne tilnærmingen, siden det er den som ligger til grunn for dette prosjektet.

3.1.1 En fenomenologisk tilnærming

I fenomenologisk forskning ønsker man å se verden slik som den framstår for individet, det er menneskets subjektive opplevelse som står i fokus (Dalen, 2004; Gall et al., 2007). Det er flere ulike retninger innenfor denne tradisjonen. I en av retningene har man i tillegg til fokuset på individet og dets erfaringer, også et ønske om å finne ut noe om hvordan det samme fenomenet oppleves av flere andre enkeltindivider (Postholm, 2010). Som forsker med en fenomenologisk tilnærming kjenner man til det fenomenet man studerer, men gjennom å samle inn data om fenomenet søker forskeren å få en ny forståelse av det. Når man i en slik forskningstradisjon skal velge tema for hva man vil undersøke, legges det vekt på at temaet

bør være noe forskeren er engasjert i og som er av betydning for personen som undersøker det (Gall et al., 2007). Dette var noe jeg tok utgangspunkt i for mitt valg av tema og problemstilling. Jeg valgte et tema som interesserer og engasjerer meg, og som jeg har noe erfaring med selv. Dette tenkte jeg ville være positivt for mitt prosjekt. Musikalartisters opplevelse av yrkesmessige krav var et fenomen jeg gjerne ville finne ut mer om, og som jeg tenkte at andre med mer erfaring ville kunne hjelpe meg å forstå nærmere.

3.1.2 Semistrukturert forskningsintervju

Den datainnsamlingsstrategien som brukes i fenomenologiske studier er intervju (Postholm, 2010). Med en fenomenologisk tilnærming til min studie ble det da naturlig at jeg valgte intervju som metode for å kunne svare på problemstillingen. I følge Kvale og Brinkmann (2009) er valg av design den andre fasen i en intervjuprosess. Det vil si å planlegge studien og ta hensyn til alle de ulike fasene i intervjuprosessen. I denne planleggingsfasen er målet blant annet å legge opp intervjuet slik at man sørger for å få innhente den informasjonen som trengs for å svare på problemstillingen. Om man har et fenomenologisk utgangspunkt, ønsker man med intervjuene å forstå essensen i individenes erfaring (Postholm, 2010). Det kan da være naturlig å sette opp noen temaer som man ønsker å komme innom i løpet av intervjuet, men man bør ikke ha et helt strukturert intervjuopplegg. Det foreslås også at man kan sette opp noen hovedspørsmål, og ha tenkt igjennom hvordan man vil følge opp disse spørsmålene (Postholm, 2010). Dette vil da være et halvstrukturert eller et semistrukturert intervju (Dalen, 2004). For å sørge for at jeg fikk informasjon om det jeg ønsket, valgte jeg derfor å legge opp til et semistrukturert forskningsintervju. Men før jeg ser nærmere på hvordan jeg utarbeidet og gjennomførte intervjuene, vil jeg først se på hvem jeg valgte å intervju og hvorfor.

3.2 Utvalg

I en studie med fenomenologisk tilnærming er det naturlig nok et krav om at de som deltar i prosjektet har opplevelser og erfaringer knyttet til det forskeren ønsker å finne ut noe om (Postholm, 2010). Dette er det viktigste kriteriet for utvelgelse av informanter, i tillegg til at informantene også deler forskerens interesse for å prøve å forstå fenomenet det forskes på (Gall et al., 2007). Derfor ønsket jeg et utvalg som var interesserte i å hjelpe meg å belyse nettopp mitt tema og min problemstilling. Dalen (2004) mener at det i en kvalitativ forskningstradisjon har vært lite fokus på en systematisk og gjennomtenkt utvelgelse av

informanter. For bedre å kunne sikre at et tilstrekkelig datamateriale ligger til grunn for analyse og tolking, og for at leserne lettere skal kunne vurdere gyldigheten av dataene som presenteres, er det vesentlig å gjøre rede for utvelgelsen av informanter (Dalen, 2004). Jeg har derfor valgt ut noen kriterier som ligger til grunn for mitt utvalg i forbindelse med prosjektet. Jeg tenker at disse kriteriene vil være med på å sikre at informantene har erfaringer som kan være til hjelp, for å kunne gi best mulig svar på problemstillingen min.

3.2.1 Kriterier for utvelgelse av informanter

For å kunne delta i mitt prosjekt ønsket jeg at informantene skulle oppfylle fire kriterier. Siden det her er snakk om en liten yrkesgruppe, var det vanskelig å vite om jeg ville klare å skaffe informanter som oppfylte disse kriteriene. Jeg var forberedt på at jeg kanskje måtte gjøre utvalgsriteriene noe bredere om det ble vanskelig å få tak i informanter som hadde tid til og ønske om å delta. Det viste seg at det utvalget jeg til slutt satt igjen med, alle oppfylte de ønskede kriteriene. Derfor vil jeg nå presentere disse kriteriene og begrunne hvorfor jeg har valgt akkurat dem.

- Informanten er profesjonell musikalartist.
- Informanten har minst tre års arbeidserfaring etter endt utdanning.
- Informanten har en utdanning på minimum to av de tre disiplinene skuespill, sang og dans, og/eller har generell musikalutdanning.
- Informanten er mann eller kvinne under 40 år.

For det første vil det være vesentlig for denne oppgaven at de som blir intervjuet jobber profesjonelt, nettopp fordi det er opplevelser og erfaringer i en yrkesgruppe jeg ønsker å finne ut mer om. For å kunne vite noe om de yrkesmessige kravene som stilles til stemmen, tenker jeg det er viktig at informantene ikke er helt nyutdannede. Jeg ville at informantene skulle ha jobbet en del år, og vært med på en del produksjoner for å kunne delta i intervjuundersøkelsen. Dette fordi jeg mener at de da ville ha et større erfaringsgrunnlag på området, og de vil ha følt de yrkesmessige kravene mer på stemmen og kroppen. Dette vil kunne gi et bedre grunnlag for analyse og tolkning. Jeg valgte derfor å sette en nedre grense på tre års arbeidserfaring. Selv om dette tallet er noe tilfeldig, tenker jeg at man i løpet av tre år som profesjonell yrkesutøver har rukket å være med i nok produksjoner til å ha litt variert

erfaring. Det må da også sies at jeg med tre års arbeidserfaring mener at personen må ha vært med i produksjoner tilsvarende tre år, og ikke hatt for mange pauser uten jobb.

Det tredje kriteriet valgte jeg blant annet for at det skulle bli lettere å definere informanten som musikalartist, og ikke som kun skuespiller, sanger eller danser som jobber i musikaler. En del personer i denne yrkessammenheng kan ha en ren skuespill-, sang- eller danseutdannelse. I en undersøkelse som ser på yrkesmessige krav til musikalartister kunne jeg valgt å begrense meg til de som var spesialisert i en av disiplinene, men fortsatt er med i musikaler. Ved å velge kriteriet utdannelse på minimum to områder, tenker jeg at mine informanter vil ha et bedre erfaringsgrunnlag for å kunne uttale seg om flere enn en av disiplinene som inngår i musikaler. Det mener jeg vil være en fordel i en slik type undersøkelse, og forhåpentligvis vil det gi et bredere og mer fyldig datamateriale til tolkning og analyse.

Kriteriet om at jeg i denne undersøkelsen ønsket forholdsvis unge informanter, kom ganske naturlig etter kriteriet om musikalutdannelse, eller utdannelse på minst to av områdene. Det virker som det er en mer allsidig utdannelse på de unge utøverne i musikaler i dag. På grunn av flere valgmuligheter i utdannelsesløpet vil de i større grad kunne være spesialisert på sang, dans, skuespill og musikal i ulike kombinasjoner. Allsidig utdannede artister ser jeg en del av i ensemblene i musikaler i dag. Jeg tenker også at kravene til de unge utøverne er noe annerledes enn kravene til de som har holdt på i veldig mange år. Dette kriteriet tenker jeg derfor vil være til hjelp for å ikke ha alt for store sprik i hva som oppfattes som yrkesmessige krav. Variasjon i alder ville vært meget interessant om man ønsket å sammenlikne de to ”generasjonene” med musikalartister. Men siden det ikke er det jeg ønsker med denne undersøkelsen, begrenser jeg alderen til informantene.

Dalen (2004) påpeker at man etter å ha fulgt en utvelgingsprosedyre, kan sitte igjen med en gruppe som ikke gjenspeiler variasjonen i målgruppen. Grunnen til dette kan være at utgangspunktet var skjevt eller kriteriene ikke riktige. Det kan derfor diskuteres om de kriteriene jeg har satt opp, er de beste for å få fram mangfoldet i gruppen. Men siden musikalartister er en allsidig gruppe, vil det være naturlig å gjøre noen begrensninger. Dette gjorde jeg for å sikre at dem jeg snakket med, har erfaring med de yrkesmessige kravene til stemmen som jeg ønsket å finne ut om. Selv om jeg har satt opp noen kriterier som ikke innbefatter alle i gruppen, tenker jeg at med et så stort spenn innad i yrkesgruppen, vil det fortsatt være variasjon i utvalget.

3.2.2 Presentasjon av informanter

Etter å ha bestemt kriterier for utvalget, begynte jeg å undersøke hvilke personer det kunne være aktuelt å ta kontakt med. Veldig mange musikalartister er freelance artister. Derfor ville jeg ikke gå gjennom ledelsen og tillitsvalgte ved teatrene for å spørre om noen kunne ha interesse av å være med i undersøkelsen. Jeg valgte å ta kontakt direkte med mulige informanter. Siden jeg selv har noe kjennskap til bransjen, satte jeg opp en liste over musikalartister jeg visste oppfylte mine kriterier, og som hadde variert erfaring. I denne prosessen snakket jeg også med personer jeg kjenner som har kunnskap om musikalmiljøet i Norge, og disse personene gav meg noen andre forslag til mulige informanter. Jeg satt til slutt med mange aktuelle navn, og valgte ut dem jeg ville ta kontakt med ut ifra de ulike erfaringene de igjen hadde, slik at gruppa hadde en bred og variert erfaringsbakgrunn. Jeg så da at med de kriteriene jeg hadde satt opp, var det ikke så mange personer med sin hovedvekt på dansedisiplinen som passet inn. Utvalget mitt ble derfor sammensatt av artister med en kombinert skuespill- og sangerfaring. Dette var noe som jeg syntes var positivt. Gruppene skuespillere og sangere er de to gruppene i denne sammenheng som først og fremst bruker stemmen mest. Derfor håpet jeg at det ville bli lettere for dem å gi meg bredest mulig informasjon om nettopp dette med erfaring og opplevelser i forhold til stemmen. Likevel må det nevnes at en del av informantene også i stor grad deltar i dansedelen av musikal, selv om de først og fremst ser på seg selv som skuespillere og sangere i en eller annen form.

Selv om det er ulike meninger om hvor mange informanter som bør delta i et slikt forskningsprosjekt, er det enighet om at antall informanter ikke bør være for stort (Postholm, 2010). Ut i fra dette tenkte jeg at et utvalg på seks informanter ville være et passe antall i min undersøkelse. Jeg tok kontakt med de musikalartistene jeg så på som mest aktuelle via telefon. Der presenterte jeg meg selv og prosjektet, og spurte om de var interesserte i å delta i en intervjuundersøkelse. Sa de ja til dette etter min korte presentasjon, sendte jeg dem et informasjonsskriv (vedlegg 1). Hvis de fortsatt var interesserte i å være med etter å ha lest informasjonsskrivet, avtalte vi når det kunne være aktuelt å gjennomføre intervjuet.

Jeg endte etter dette opp med tre kvinnelige og tre mannlige musikalartister som mitt utvalg. For å sikre anonymiteten til informantene som deltar, velger jeg å presentere dem som informant A, B, C, D, E og F. Da musikalbransjen i Norge er liten, vil det være vanskelig å si noe særlig om hver enkelt kandidat uten å røpe deres identitet. I denne undersøkelsen kunne det for eksempel vært interessant å vite hvor mange år personen har jobbet i bransjen, men til

og med en slik informasjon vil kunne avsløre hvilken person det er snakk om. For å få fram litt om deres erfaring uten å si for mye, har jeg valgt å dele informantene i to forskjellige grupper ut ifra hvor lang profesjonell arbeidserfaring de har. Disse gruppene er: fra 3 år til og med 8 år, og fra 9 år til og med 14 år. Mine informanter er:

- Informant A: mann, mellom 3 og 8 års profesjonell arbeidserfaring.
- Informant B: kvinne, mellom 9 og 14 år profesjonell arbeidserfaring.
- Informant C: kvinne, mellom 3 og 8 års profesjonell arbeidserfaring.
- Informant D: kvinne, mellom 9 og 14 års profesjonell arbeidserfaring.
- Informant E: mann, mellom 3 og 8 års profesjonell arbeidserfaring.
- Informant F: mann, mellom 9 og 14 års profesjonell arbeidserfaring.

3.3 Datainnsamling

Som nevnt tidligere er den metoden jeg valgte å bruke for datainnsamlingen et semistrukturert forskningsintervju. Jeg vil nå gå grundig igjennom planlegging og gjennomføring av intervjuene.

3.3.1 Utarbeiding av intervjuguide

I fenomenologisk forskning er fokuset på å få fram alle aspektene ved informantens erfaringer, derfor sies det at intervjuprosessen kan være relativt ustrukturert (Gall et al., 2007). Men siden jeg er en uerfaren intervjuer, ønsket jeg å utarbeide en noe mer fyldig intervjuguide med flere utvidede spørsmål, og ikke bare temaer, slik at jeg kunne føle meg tryggere på at jeg kom til å få svar på det jeg ønsket (Vedlegg 2). Som nevnt tidligere er det også i fenomenologisk forskning en tradisjon for å lage hovedspørsmål og oppfølgingsspørsmål i forkant av intervjuet. Ved å ha en slik mal vil det bli enklere å finne felles temaer i datamaterialet fra intervjuene fra de forskjellige informantene (Postholm, 2010). Jeg tenkte at dette var noe som kunne være til hjelp i min tolkning og analyse.

Da jeg utarbeidet intervjuguiden, tok jeg utgangspunkt i ”traktprinsippet”. Alt som berøres i intervjuet bør ha en relevans i forhold til problemstillingen, men noe ligger kanskje litt lenger fra det som er essensen i det man ønsker å finne ut noe om (Dalen, 2004). I traktprinsippet begynner man med spørsmål rundt dette, og spørsmål som kan få informanten til å føle seg

vel og avslappet. Deretter nærmer man seg de mer sentrale, og kanskje mer følelsesladete temaene (Dalen, 2004). Jeg valgte derfor å lage noen innledningsspørsmål som var mer faktaspørsmål om informanten og hans eller hennes yrkessituasjon. Dette tenkte jeg ville være relativt enkle spørsmål å svare på. Jeg håpet derfor at dette ville gjøre informanten mer avslappet i situasjonen. Disse spørsmålene, mener jeg, også er relevante for problemstillingen, fordi det gir et bilde av informanten og yrkessituasjonen og kan være av betydning for tolkning og analyse av svarene de ga om stemmen og yrkesmessige krav.

Videre i intervjuguiden tok jeg utgangspunkt i forskningsspørsmålene og fant hovedspørsmål jeg ønsket å få svar i forbindelse med disse. Selv om forskningsspørsmålene står som overskrifter for delene i intervjuguiden, stilte jeg ikke informantene disse spørsmålene. Disse spørsmålene var bare til hjelp for meg i intervjusituasjonen. Da jeg lagde forslag til spørsmål som kunne brukes i intervjuet, tok jeg utgangspunkt i teori jeg fant på feltet og egen kjennskap til temaene. Jeg hadde tenkt nøye igjennom hvilke spørsmål jeg ville ha med, slik at jeg på en best mulig måte kunne legge opp til å få informasjon om det jeg ønsket og trengte for å besvare problemstillingen. Noe av det man kan tenke på i utarbeidelsen av intervju spørsmål er at de bør være korte, enkle, klare og ikke ledende (Dalen, 2004; Kvale & Brinkmann, 2009). Jeg prøvde å legge vekt på disse punktene i alle mine planlagte spørsmål. I den delen av intervjuguiden som gikk på risikofaktorer, valgte jeg å ta utgangspunkt i et utsagn, for så å stille et åpent spørsmål om hvilke tanker de hadde rundt dette utsagnet. Dette er noe Dalen (2004) sier en kan gjøre i et intervju. Det legger opp til at informanten kan uttrykke sine meninger åpent om utsagnet og temaet. Videre i samme den delen valgte jeg å sette opp punkter jeg ønsket at informanten skulle komme inn på, i stedet for å ha klare utarbeidet spørsmål. Jeg ville ta opp de punktene informanten ikke nevnte selv, slik at jeg også kunne få svar på om de hadde noen erfaring med disse.

Selv om jeg hadde en intervjuguide å følge, var som sagt den metoden jeg ønsket å bruke et semistrukturert intervju. Derfor ønsket jeg ikke å følge denne guiden fra begynnelse til slutt, men å ha den som en mal. Jeg håpet at disse spørsmålene ga informantene et utgangspunkt for å fortelle om sine erfaringer, og at jeg da også kunne stille oppfølgende spørsmål til det de sa. I følge Kvale og Brinkmann (2009) er nøkkelen til å stille oppfølgende spørsmål å lytte aktivt til det informanten sier. Dette er i overensstemmelse med en fenomenologisk tilnærming der man forutsetter at intervjueren er åpen i sin utforsking av fenomenet.

3.3.2 Gjennomføring av intervjuene

I forkant av intervjuer med informanter er det viktig å utføre et eller flere prøveintervju. Her får man testet ut intervjuguiden, og også en selv som intervjuer (Dalen, 2004). For å gjøre et slikt prøveintervju tok jeg kontakt med en tidligere medstudent, som jeg vet har gjort en del musikaljobber etter endt utdanning. Etter prøveintervjuet kan det være nødvendig å gjøre noe om på intervjuguiden (Dalen, 2004). Siden personen jeg gjorde prøveintervjuet med hadde kunnskap om temaet, kunne hun gi meg god tilbakemelding på hva som var relevante spørsmål, og hva jeg burde forandre på. Vi merket i løpet av intervjuet at noen av spørsmålene ikke var klare nok og derfor måtte omformuleres. Noen spørsmål så vi at kanskje ikke var så relevante, og derfor valgte jeg å fjerne dem fra intervjuguiden. I tillegg var det noe jeg ikke hadde med i min opprinnelige intervjuguide, som hun foreslo at jeg burde ha med. Jeg gjorde derfor noen små justeringer i intervjuguiden etter prøveintervjuet. Etter dette snakket jeg også igjennom intervjuguiden med en annen tidligere medstudent, og forhørte meg om de nye spørsmålene fungerte. Med en nøye gjennomtenkt og forbedret intervjuguide hadde jeg et godt utgangspunkt for å starte med intervjuene. Jeg følte meg også noe tryggere på meg selv som intervjuer etter prøveintervjuet.

Som nevnt hadde jeg sendt ut et informasjonsskriv om prosjektet mitt til informantene etter at de ga uttrykk for at de var interesserte i å delta. Jeg sørget for at de hadde skrevet under på samtykkeerklæringen som kom sammen med informasjonsskrivet før intervjuet. Det er en del praktiske forhold man bør ha tenkt på før man begynner et intervju (Postholm, 2010). Jeg skulle bruke en minidiskspiller for å gjøre opptak av intervjuene. Dette var en MZ-N710 minidiskopptaker med mikrofon Sony ECM-DS70P. Jeg er godt kjent med denne spilleren siden jeg har benyttet meg mye av den ved tidligere anledninger. Likevel sørget jeg for å gjøre en stemmeprøve for å se om minidiskopptakeren fungerte slik som den skulle rett før informanten ankom. Jeg hadde også med ekstra batterier og mini-disker dersom jeg skulle få behov for det. Intervjuene ble gjort i et møterom, eller et annet rom som jeg var så heldig å få låne på min nåværende arbeidsplass, et teater i Oslo. Dette var et sted jeg tenkte informantene syntes var gunstig å bruke, siden det ligger veldig sentralt til. Ved at vi hadde et eget rom til disposisjon, ble det minimalt med forstyrrelse i løpet av intervjuene. Jeg hadde avtalt en tidsramme på ca en time med hver av informantene, og prøvd å få bestilt rommet noe lenger i tilfelle det ble behov for det. Dette viste seg å bli nødvendig i noen få av intervjuene. Alle intervjuene tok mellom 50-80 minutter.

I det informanten ankom hadde vi en kort samtale hvor jeg sa at jeg satte pris på at de ville delta, og tok seg tid til å delta. Vi pratet noe om informanten selv, jeg nevnte kort informasjonsskrivet, og gjentok de viktigste punktene som sto i det. Jeg hadde også sørget for å ha noe å drikke og spise på bordet foran oss, med håp om at dette ville skape en avslappet stemning. Etter denne korte samtalen startet jeg minidiskspillere og vi begynte intervjuet. Noe av det Dalen (2004) nevner som vesentlige punkter i intervjusituasjonen er at forskerens egne meninger bør holdes utenfor, man bør lytte til det informanten sier, gi informanten tid til å fortelle, og være genuint interessert. Dette var noe jeg håpet at jeg klarte i intervjusituasjonen. Som nevnt brukte jeg intervjuguiden som mal, og informanten svarte utfyllende på mine spørsmål. De delte sine erfaringer og det virket som de turte å være ærlige. Det at de svarte veldig utfyllende på mine spørsmål av seg selv, gjorde at jeg ikke trengte å bruke oppfølgingsspørsmål like aktivt som jeg hadde tenkt. Men siden jeg fikk den informasjonen jeg ønsket, mener jeg at det i grunnen var positivt at informantene klarte å snakke så fritt rundt spørsmålene. Etter hvert intervju hadde vi en kort avsluttende samtale, før informanten gikk. Informantene ga uttrykk for at de syntes det var spennende å delta, og flere spurte om de fikk mulighet til å lese oppgaven etter at den var ferdigstilt. Dette tenker jeg kan være et tegn på at de syntes temaet var interessant og relevant. Da hvert intervju var over, tok jeg meg tid til å reflektere kort over intervjuet, hvordan det hadde gått, og skrev også ned noen korte memos.

3.4 Bearbeiding og analyse av data

Etter å ha gjennomført intervjuene startet arbeidet med å organisere, bearbeide og analysere de dataene jeg hadde samlet inn. For å gjøre intervjuene bedre egnet for analyse ville det å gjøre dem om til en skriftlig form gi meg en bedre oversikt over datamaterialet. Det at man selv utfører transkriberingen mener Dalen (2004) vil være til hjelp for å bli bedre kjent med sine egne data. Jeg transkriberte selv hvert enkelt intervju så fort det lot seg gjøre etter at intervjuet var avsluttet, slikt at jeg hadde intervjusituasjonen friskt i minne. Opptaket fra intervjuene hadde god lyd kvalitet, det var lite forstyrrelser fra bakgrunnsstøy og informantene pratet høyt og tydelig. Dette gjorde transkriberingsprosessen enklere for meg, men likevel var det en del utfordringer i denne omarbeidingen.

I følge Kvale og Brinkmann (2009) er ikke prosessen med å omforme datamateriell fra talespråk til skrevne tekster ukomplisert. De sier at gode muntlige formuleringer kan virke

usammenhengende og ha mange repetisjoner. I tillegg mister man en del komponenter som kroppsspråk, stemmeleie, intonasjon og åndedrett. Alt dette var noe jeg merket i denne transkriberingsprosessen. Flere av informantene demonstrerte kroppsholdninger og lyder/øvelser med stemmen. Dette var ikke lett å få ned i skriftlig form, men jeg prøvde å forklare hva de hadde gjort med ord, siden dette kunne være vesentlige poeng å ha med i resultat- og drøftingsdelen. Her var det til hjelp at jeg gjorde transkriberingene rett etter hvert enkelt intervju var gjennomført. Det at talespråk er utformet på en annen måte enn skriftspråk var noe jeg merket ekstra godt i noen av intervjuene. Disse var preget av mange repetisjoner og ufullstendige setninger. Kvale og Brinkmann (2009) poengterer at det ikke finnes noen fasitsvar på hvor detaljert transkripsjonene bør gjøres, men at det er viktig å gjøre rede for hvordan man har valgt å gjøre det og ta hensyn til hva de skal brukes til. I min studie og analyse vil det ikke være nødvendig at intervjuene er detaljert nedskrevet, ord for ord. Likevel valgte jeg å prøve ta med det meste, fra gjentakelser til ”eh”- og ”mm”-ord, i min transkripsjon. Hver av transkripsjonene fra intervjuene ble da på mellom 17 og 32 sider med 1,5 i linjeavstand. Hvordan jeg fremstiller de skrevne tekstene i denne oppgaven vil være noe annerledes enn slik jeg skrev dem ned i den første transkripsjonen.

Etter at alle intervjuene var ferdig transkribert, begynte jeg arbeidet med å analysere dataene. Jeg startet med å gjøre meg godt kjent med datamaterialet ved å lese igjennom og fargekode utskriftene av transkripsjonene med utgangspunkt i inndelingen av temaer fra intervjuguiden, samtidig som jeg skrev ned noen stikkord. Postholm (2010) sier at hensikten med fenomenologiske studier er å finne det essensielle og den underliggende meningen i opplevelsene og erfaringene informantene forteller om. Hun sier Moustakas Stevick-Colaizzi-Keen-metode ofte er brukt i fenomenologiske studier. Jeg har valgt å ta et utgangspunkt i denne modellen. Et vesentlig punkt i en fenomenologisk tilnærming er at man i denne delen av analysen, hvor man jobber med datamaterialet, skal sette tilside sin egen førfortåelse slik at ikke datamateriale blir tilslørt av ens egne perspektiver (Postholm, 2010). Derfor la jeg bort temainndelingen jeg hadde gjort på bakgrunn av intervjuguiden og prøvde å se datamaterialet uten at mine egne subjektive teorier lå til grunn.

Jeg jobbet videre med analysen i dataprogrammet NVivo 8. Dataprogrammet var til god hjelp i prosessen, slik at jeg kunne lage en liste over og kode alle viktige uttalelser. Det var også et verktøy som gjorde kategorisering og inndeling i temaer enklere. Da jeg gikk igjennom hvert enkelt intervju, lagde jeg først det som i dataprogrammet kalles frie noder, altså satte et navn

på hver enkelt av tekstdelene/ uttalelsene som kunne være relevante. I følge Moustakas (1994) handler det i dette stadiet i en fenomenologisk fremgangsmåte om at man skal finne kategorier og dele datamaterialet inn i enheter slik at datamateriale blir mer håndterlig. Derfor begynte jeg å lete etter kategorier som kunne omfatte flere av de frie nodene og som var temaer flere av informantene uttalte seg om. Jeg lagde da det som i dataprogrammet kalles trenoder. Datamaterialet ble delt inn i tre hovedkategorier som alle var relevante for problemstillingen. Disse igjen fikk igjen 18 underkategorier som de frie nodene kunne plasseres inn under. Jeg gjorde noen små forandringer lenger ut i prosessen og endte med 12 underkategorier fordelt på de tre hovedkategoriene. Inndelingen jeg tilslutt satt igjen med var en del annerledes enn det jeg ville trodd ut i fra intervjuguiden og min første inndeling i temaer.

Videre i denne fenomenologiske fremgangsmåten er det beskrevet at man skal slå sammen uttalelsene man har samlet i kategorier til en tekstuell beskrivelse, og at det her skal inkluderes muntlige uttalelser, sitater (Moustakas, 1994). Jeg vil i resultat- og drøftingsdelen presentere tekst som er omarbeidet ut i fra det informantene selv sa, i tillegg til sitater. I denne forbindelse vil jeg benytte meg av meningsfortetting. Dette vil si å forkorte informantens uttalelser til kortere formuleringer (Kvale & Brinkmann, 2009). Kvale og Brinkmann (2009) poengterer at det i en fenomenologisk tilnærming likevel er vesentlig at meningsfortettingene er rike og nyanserte. Det at noen av informantenes uttalelser virket mer usammenhengende i skrevet form førte til at jeg benyttet meg mer av meningsfortetting av uttalelsene deres i disse tilfellene. Dermed blir det ikke blir presentert like mange sitater fra alle informantene i drøftings- og resultatdelen. Hos to av informantene var det mer naturlig å bruke flere sitater og ikke like mange meningsfortetninger. Selv om jeg ikke bruker like mange sitater fra alle informantene, ønsket jeg at alles meninger og opplevelser skulle være omtrent like godt representert i resultat- og drøftingsdelen.

Tidligere nevnte jeg at jeg i transkripsjonen prøvde så godt det lot seg gjøre å skrive ned intervjuene detaljert, ord for ord. Når jeg bruker sitater i denne oppgaven, vil jeg utelate gjentakelser av ord og ord som ”eh”, ”mm” og liksom. Dette fordi det i min studie er meningene og opplevelsene til informantene som står i fokus. Det er ikke en språklig analyse. Ved å fjerne noen av disse ordene vil jeg si at det informantene forteller kommer tydeligere fram, og sitatene blir mer lettleste. I tillegg sier Kvale og Brinkmann (2009) at det også er et etisk spørsmål ved å ta med alt av gjentakelser og småord i sitater som publiseres. En ordrett

gjengivelse i sitat kan virke usammenhengende og forvirrende. Denne måten å framstille informantens utsagn ordrett på kan være noe informanten ikke kjenner seg igjen i og heller ikke liker. I Mousakas (1994) modell vil det til slutt være vesentlig og igjen ta med egen erfaring når man reflekterer over de beskrivelsene man har valg å presentere. Dette har jeg prøvd å gjøre i min resultat- og drøftingsdel.

3.5 Studiens validitet og reliabilitet

Det er en del spørsmål det kan sies å være viktig å stille for å sikre kvaliteten i en kvalitativ studie. Begrepene det gjerne er snakk om i denne forbindelse; validitet, reliabilitet og generalisering stammer fra den kvantitative forskningstradisjonen. Dalen (2004) sier at disse begrepene derfor bygger på en naturvitenskaplig tenkemåte og grunnsynet i en slik forskning er forskjellig fra synet i kvalitativ forskning. Kvale og Brinkmann (2009) påpeker at enkelte forskere innenfor den kvalitative tradisjonen har avvist spørsmålet om validitet, reliabilitet og generalisering. Selv legger de vekt på viktigheten av validering i et kvalitativt forskningsintervju. Dalen (2004) mener også at man i kvalitativ forskning bør ta for seg spørsmål rundt studiens validitet og reliabilitet. Men videre sier hun at disse begrepene bør defineres på en annen måte i kvalitativ forskning, enn i kvantitativ forskning.

3.5.1 Validitet

Når man argumenterer for validiteten i en studie, vil det si at man sjekker om funnene man har gjort er gyldige eller ikke (Kvale & Brinkmann, 2009). Man setter spørsmålstegn ved om det man kommer fram til kan sies å være sant. Kvale og Brinkmann (2009) mener at validitet i kvalitativ forskning har å gjøre med om metoden man bruker for å undersøke et fenomen virkelig undersøker det den har til intensjon å undersøke. Altså i hvilken grad det vi har observert sier noe om fenomenet vi ønsker å studere.

Postholm (2010) viser til at det i en fenomenologisk tilnærming er forskeren som er det viktigste instrumentet for å sikre kvaliteten. Det vil si at hvordan forskeren behandler og tolker data er avgjørende for studiens validitet. I fenomenologisk forskning vil høy validitet være avhengig av at forskeren lar leseren følge med gjennom hele forskningsprosessen (Postholm, 2010). Jeg har i dette metodekapittelet forsøkt å redegjøre for hvordan jeg gikk frem i alle stadiene av prosjektet. Med dette ønsker jeg å gi leseren mulighet til å følge med

og stille seg kritisk til prosessen og resultatene som følger av intervjuundersøkelsen. Kvale og Brinkmann (2009) sier at valideringen i en kvalitativ intervjuundersøkelse bør prege alle fasene i prosessen. Den inndeling de i denne forbindelse gjør av validitetsbegrepet mener Dalen (2004) har mye til felles med Maxwells (1992) kategorisering. Jeg vil se videre på validiteten i min studie ut i fra kategoriene deskriptiv validitet, tolkningsvaliditet, teoretisk validitet og generaliserbarhet.

Å vurdere den deskriptive validiteten i en studie vil si å redegjøre for hvordan datamaterialet er samlet inn og hvordan man tilrettelegger for analyse og tolkning (Dalen, 2004). For å styrke validiteten i datamaterialet sier Dalen (2004) at det er viktig å stille gode spørsmål slik at man får et fyldig og rikt datamateriale som omhandler fenomenet. Et eller flere prøveintervju kan være til hjelp for å legge bedre til rette for dette. Jeg har som tidligere nevnt utført et prøveintervju i forkant av intervjuene med informantene og gjort noen justeringer av intervjuguiden i etterkant. Jeg tenker at ved å ha gjennomført flere prøveintervjuer kunne validiteten i datamateriale blitt ytterligere styrket, men på grunn av omfaget av prosjektet ble dette vanskelig. For Maxwell (1992) er deskriptiv validitet det primære validitetsaspektet og alle de andre typer validitet er avhengig av dette. Han mener det sentrale her er at man presenterer informantens uttalelser korrekt. En forsker kan høre, transkribere eller huske et utsagn feil. Dette kan være med på å svekke validiteten i studien. Siden det her er snakk om spesifikke situasjoner kan man lett oppnå intersubjektiv enighet ved for eksempel å ta opp intervjuet på bånd (Maxwell, 1992). Jeg har som tidligere nevnt tatt opp alle intervjuene på bånd og kan gå tilbake å sjekke uttalelsene om det skulle være nødvendig. I tillegg ga jeg informantene muligheten til å lese igjennom de meningsfortetningene og sitatene jeg ønsket å bruke i resultat- og drøftingsdelen. Hver enkelt kunne da lese gjennom resultatene fra sitt intervju, det som er brukt i oppgaven, og gi meg tilbakemeldinger dersom de mente det var noe jeg hadde misforstått. Jeg fikk svar fra alle informantene, med unntak av informant E. De fem jeg fikk tilbakemelding fra ga uttrykk for at jeg hadde fremstilt det de sa og mente på en korrekt måte.

Også i forbindelse med tolkningen av datamaterialet vil det være spørsmål knyttet til validitet. Når man ønsker å forstå et fenomen ut i fra informantene sitt perspektiv, vil man i tillegg til å beskrive deres opplevelser av fenomenet også lete etter meningen i det de beskriver (Maxwell, 1992). Forskeren leter etter den indre sammenhengen i datamaterialet. Dalen (2004) sier en slik fortolkning må skje innenfor konteksten. Utsagn må tolkes i sammenheng

med andre utsagn fra informanten. Tolkningen man gjør kan da valideres ut i fra en helhetsforståelse. Jeg prøvde i min tolkning av informantenes utsagn, både å se på uttalelsen i kontekst og se det i sammenheng med andre uttalelser fra informanten i det samme intervjuet.

Teoretisk validitet vil si i hvilken grad man ut i fra teorien som blir presentert, får en teoretisk forståelse av fenomenet man studerer (Dalen, 2004). Det vesentlige i teoretisk validitet er at det som presenteres står i samsvar med hva det gitte forskningsmiljøet legger til grunn for å karakterisere fenomenet (Maxwell, 1992). Jeg har i min teoridel blant annet forsøkt å legge vekt på teori som kan gi en forståelse av musikalartisters yrkeshverdag, krav i denne yrkessammenheng og mulige konsekvenser av slike krav. Utdannelsen innen dette yrket er praktisk og man bruker ikke alltid like mye litteratur om temaet yrkets krav i læringsprosessen. Det er heller ikke alt dette det er gjort så mye forskning på. Derfor vil en del av det som trekkes fram om de yrkesmessige kravene være basert på subjektive meninger til de som har arbeidet og arbeider i bransjen. Ut i fra dette kan det være vanskelig å si om alt det jeg har valgt å ta med i teoridelen, er noe som alle i det gitte miljøet er enig om. Likevel har jeg prøvd å trekke fram det jeg ser går igjen i flere sammenhenger og som jeg ser er vesentlig i forhold til mine informanters uttalelser. Dalen (2004) sier i denne forbindelse at validiteten vil styrkes dersom sammenhenger i teorien kan dokumenteres i datamaterialet og tolkningen forskeren gjør av det.

Generaliserbarhet

Generaliserbarhet vil si i hvilke grad man kan overføre resultatene fra en studie i en spesifikk populasjon eller av en spesifikk situasjon til andre personer eller situasjoner som ikke er direkte studert (Maxwell, 1992). I intervjuundersøkelser blir det stilt spørsmål ved om resultatene er generaliserbare. Kvale og Brinkmann (2009) sier at en vanlig innvending mot slike studier er at det er et for lite utvalg til at man kan generalisere. Likevel trekker de frem at om man ønsker å snakke om generalisering i kvalitative studier, vil man kunne gjøre det dersom man legger til grunn en analytisk form for generalisering. I kvalitative studier må man ikke spørre om resultatene kan generaliseres globalt, men om kunnskapen man tilegner seg kan overføres til andre relevante situasjoner. I analytisk generalisering gir man en begrunnet vurdering av i hvilken grad det man kommer fram til i studien kan være relevant i andre situasjoner. Forskeren selv kan argumentere for generaliserbarheten av resultatene, eller leseren kan på bakgrunn en grundig kontekstuell beskrivelse av studien selv vurdere om

resultatene kan generaliseres (Kvale & Brinkmann, 2009). I denne undersøkelsen vil ikke resultatene man kommer fram til kunne overføres til å gjelde alle musikalartister, siden arbeidsforholdene varierer og artistene har ulik arbeidssituasjon. For eksempel kan noen musikalartister ha en stor arbeidsmengde og være konstant involvert i ulike produksjoner, mens andre jobber som musikalartister mer sporadisk. Hvordan de opplever de yrkesmessige kravene tenker jeg da vil variere. Likevel kan det diskuteres om resultatene av denne undersøkelsen til en viss grad kan overføres til andre musikalartister i en liknende arbeidssituasjon.

3.5.2 Reliabilitet

Å undersøke reliabiliteten i en studie vil si å se på hvor pålitelige resultatene man kommer fram til er (Kvale & Brinkmann, 2009). I denne sammenheng stiller man gjerne spørsmålet om resultatene man kommer fram til i undersøkelsen vil kunne reproduseres med utgangspunkt i den samme metoden av en annen forsker på et annet tidspunkt. Noe som kan ha innvirkning på reliabiliteten i en studie er spørsmålene intervjueren stiller. For eksempel kan ledende spørsmål påvirke svarene informanten velger å gi (Kvale & Brinkmann, 2009). Ved å jobbe nøye med intervjuguiden håpet jeg at jeg ville klare å unngå å stille ledende spørsmål i intervjusituasjonen, men i noen tilfeller klarte jeg ikke det. Dette kan ha påvirket informantenes svar. Likevel virket det på meg som om informantene var veldig klare på hva de mente om disse temaene og svarte noen ganger i motsatt retning av den jeg kanskje ledet dem i. Også andre faser av intervjuprosessen, som kategoriseringsfasen og transkriberingsfasen, kan ha betydning for reliabiliteten i undersøkelsen (Kvale & Brinkmann, 2009). Jeg ser at hvis en annen person skulle transkribere og kategorisere intervjuene, ville resultatet kunne sett noe annerledes ut. Selv om Kvale og Brinkmann (2009) sier at det er ønskelig med høy reliabilitet, sier de videre at et sterkt fokus på dette vil kunne hemme kreativ tenkning og variasjon. Postholm (2010) påpeker at kravet om reliabilitet vil være uaktuelt når man har en fenomenologisk tilnærming. Intervjuet skal nettopp belyse et unikt tilfelle og variasjon vil kunne gi et bredere bilde av fenomenet.

3.6 Forskningsetiske refleksjoner

I et forskningsprosjekt er det viktig å ivareta informantene. For å kunne gjøre det må man blant annet sørge for at informantene gir sitt frie samtykke til å være med på

forskningsprosjektet, og de må bli informert om hva de deltar i (Dalen, 2004). Det er viktig at de føler de har fått nok informasjon og føler seg trygge på hva de er med på. Derfor skrev jeg som tidligere nevnt et kort informasjonsskriv om forskningsprosjektet som hver av informantene mottok og kunne lese igjennom før de sa ja til å være med i intervjuundersøkelsen. De hadde også fått noe muntlig informasjon om prosjektet på telefon ved førstegangskontakt. I informasjonsskrivet ble det påpekt at all informasjon behandles konfidensielt, at man kunne trekke seg når som helst fra prosjektet og at alle opplysninger ville bli anonymisert. Nederst i dette skrivet ga informantene sitt skriftlige samtykke til å være med i undersøkelsen. Jeg innhentet det skriftlige samtykket før intervjuene ble gjennomført.

”Alle forsknings- og studentprosjekt som innebærer behandling av personopplysninger skal meldes” (NESH, 2006:10). Siden jeg i mitt prosjekt tok direkte kontakt med personer jeg ønsket som informanter, trengte jeg å oppbevare personopplysninger fram til intervjuene var gjort. Derfor var jeg pliktig til å melde mitt forskningsprosjekt til NSD. I tillegg kunne datamaterialet mitt inneholde sensitive opplysninger, og indirekte opplysninger som kunne identifisere personene. Siden disse opplysningene ble behandlet med elektroniske hjelpemidler, var det ekstra viktig å ha tenkt igjennom hvordan man skulle behandle og oppbevare dem. Etter at prosjektet var meldt fikk jeg svar om at personvernombudet gikk inn for at prosjektet kunne gjennomføres (Vedlegg 3). En forutsetning var da at prosjektet ble gjennomført i tråd med de opplysningene jeg hadde gitt i meldeskjemaet, noe jeg har gjort.

Yrkesgruppen med profesjonelle musikalartister i Norge er ikke så stor. Mine informanter har jobbet mye, og hatt både hovedroller og vært en del av ensembler. De brukte forestillinger, roller og sanger som eksempler når de snakker om yrkesmessige krav og stemmen. Dette kan være indirekte personopplysninger. Jeg måtte derfor være bevisst på hvilke opplysninger jeg bruker for å kunne sørge for at informantene beholder sin anonymitet. På grunn av dette har jeg valgt å utelate slike eksempler. Jeg vil ikke nevne roller de har hatt, musikal de har vært med i, eller sanger de har sunget hvis dette kan være med på å identifisere personen. I tillegg har jeg omarbeidet sitater slik at ikke dialekten til informanten kommer frem, fordi dette også er noe som kan gjøre det lettere å identifisere personen. Det er også en annen grunn til at det er viktig at informantene er anonyme og at informasjonen holdes konfidensielt. Vi vil i intervjuet komme inn på blant annet erfaring med stemmevansker. For noen kan dette være et følelsesladet og sårt tema. For å kunne ivareta personene som er med i forskningsprosjektet er det derfor viktig å ta hensyn til at stemmevansker kan være et sensitivt tema for noen.

4 Resultat og drøfting

4.1 Stemmen må alltid stemme- innledning

Jeg vil i denne delen av oppgaven presentere resultatene fra min intervjuundersøkelse. Disse vil jeg drøfte og se i sammenheng med teori presentert i kapittel 2 underveis i kapitlet, og tilslutt vil jeg gi en kort oppsummering og konklusjon. Jeg har valgt å dele resultat og drøftingsdelen inn i tre hoveddeler. Disse delene tar for seg forskjellige aspekter ved det yrkesmessige kravet at stemmen alltid må stemme. Disse hoveddelene er: Å jobbe som musikalartist, å ta vare på stemmen og yrket og stemmevansker. Ut i fra problemstillingen vil det være naturlig at den siste delen ikke blir viet like stor plass som de andre delene. Jeg vil kort repetere min problemstilling her:

Hvordan opplever musikalartister at yrkesmessige krav virker inn på stemme, stemmebruk og ivaretagelse av stemmen?

Jeg ønsker i denne studien å få innsikt i hva som kan være krav til stemmen og stemmeutfordringer for musikalartister. Siden informantene i denne undersøkelsen ser på ulike forhold og faktorer som avgjørende for stemmens fungering, vil jeg derfor ikke begrense meg til kun å velge ut noen som jeg tar nøye for meg. Jeg vil se kort på alle forholdene de mente kunne virke inn på stemmen og legge størst vekt på de informantene snakket mest om. Dette håper jeg vil gi et bredt bilde av deres arbeidssituasjon, selv om det gjør det vanskeligere å gå dypt inn i alle de ulike forholdene og faktorene.

Musikalartistenes tanker rundt de yrkesmessige kravene

Før jeg går videre og ser på de tre hoveddelene vil det være interessant å vite litt om informantenes syn på de yrkesmessige kravene. Informant C poengterer at det ikke nødvendigvis er yrket og de ansvarlige i musikalproduksjoner som krever så mye stemmemessig av deg, men du selv som setter krav til deg selv. Dette sier hun at hun gjør for å kunne få flere jobber. Informant E nevner et eksempel fra en konsert. I denne sammenhengen sier han at ingen andre krevde at stemmen skulle låte på en spesiell måte. Derimot var det han selv som stilte egne krav til hvordan han ønsket at stemmen skulle høres

ut. Informant F snakker også om at det er mer egne forventninger, enn andres, som kan virke inn på stemmen og prestasjonen.

Som vi ser her, mener flere av informantene at det er de selv og ikke yrket eller de ansvarlige i produksjonen som stiller krav til stemmen. Ut i fra et slikt synspunkt kan det argumenteres for at noen av kravene som presenteres i dette kapitlet, ikke er yrkesmessige krav, men egne krav. Likevel sier en av informantene at det er fordi hun ønsker flere jobber at hun stiller disse kravene til sin egen stemme. Min definisjon av yrkesmessige krav i denne sammenheng er at alt som kreves for at artisten skal kunne gjøre jobben sin, kan regnes som yrkesmessige krav. Det at man må prestere og utvikler seg, kan være nødvendig for å få nye jobber. Derfor kan dette være noe som kreves for å kunne fortsette å jobbe som profesjonell musikalartist. Selv om noen av informantene ser på kravene i denne sammenheng mer som egne krav til stemmen, vil de samme kravene også kunne regnes som yrkesmessige krav.

Informant C sier noe om forholdet mellom kravene til stemmen i teori og praksis.

Det er nok ganske høye krav, vil jeg si, stemmemessig, hvis man skal tenke hvordan det er i teorien. Men i praksis så er det ikke alltid at folk er så drevne på akkurat det med sangen. (Informant C)

Her nevner hun spesielt at sang er et felt med høye krav til stemmen, men disse kravene trenger nødvendigvis ikke alle å innfri for å kunne jobbe i bransjen. Informant E på sin side påpeker at de som er ledere i musikalsammenheng, ofte går ut ifra at alle er like gode skuespillere, noe han mener at de ikke nødvendigvis er. Dette kan ses i sammenheng med hva informant F tenker om de yrkesmessige kravene. Han synes det stilles for lite krav til at man må kunne beherske alle tre delene sang, skuespill og dans. Som regel holder det å beherske to av komponentene, og artistene slår seg til ro med det. Informant B sier hun har måttet jobbe i produksjoner hvor medarbeiderne ikke tar yrket på alvor og ikke respekterer at man bør beherske alle de tre ulike disiplinene. Hun sier at i Norge er det nesten ingen som er det man kaller en "triple threat", heller ikke hun selv er det. Derfor må man noen ganger for eksempel jobbe med sangere som ikke er trente skuespillere og dansere som ikke behersker sang. Hun synes det er frustrerende å ta del i produksjoner med artister som ikke gidder å jobbe med de delene av yrket som de selv ikke behersker. Som nevnt sier informant F at de yrkesmessige kravene til stemmen ikke er høye nok. I sitatet under forklarer han hvorfor han tror det er slik.

Jeg syns det stilles for lite krav, men det også fordi, tror jeg, at vi er et så utrolig lite land, men enda mindre bransje. Så det er ikke så mange å ta av, spesielt ikke gutter. Så sånn sett tror jeg det stilles, eller så vet jeg det stilles langt større krav til jenter. Jenter må være så utrolig mye bedre enn gutter, fordi det er så utrolig mange flere av dem. (Informant F)

Både informant A og B sier noe om at de yrkesmessige krav i Norge er annerledes enn i andre land. I tillegg sier informant B at han føler kravene er veldig forskjellig fra teater til teater.

Som vi ser her, trekker flere av informantene fram at kravene som stilles til musikalartister i Norge, kan være annerledes enn kravene som stilles til musikalartister i andre land. Tidligere ble det påpekt at Melton (2007) sier teater vil variere fra land til land. Det kan da argumenteres for at de yrkesmessige kravene også vil variere. Melton (2007) mener at noe av det som gjør musikalyrket utrolig krevende, er at man må være dyktige i tre disipliner. Dette utsagnet stemmer ikke overens med det flere av informantene i denne undersøkelsen sier. De mener, som vist over, at man ikke nødvendigvis trenger å beherske alle de tre disiplinene like bra. Dette kan indikere en forskjell mellom yrkesmessige krav i Norge og yrkesmessige krav i andre land med en rikere musikaltradisjon. En av informantene hevder at de sangmessige kravene kan bli noe større i Norge, fordi man må være mer allsidig. Men dette med allsidighet sangmessig er noe Howard og Lo Vetri trekker fram som vesentlig også i deres land (Melton, 2007). Det at man ikke behersker alle tre disipliner, men likevel må ta del i dem, gjerne samtidig, kan muligens ha en innvirkning på stemmen. Dersom man for eksempel ikke er trent i sang, og må synge, er det ikke sikkert man bruker stemmen på riktig måte. Davies og Jahn (2004) sier nettopp dette. En utrent sanger som må synge på en populærteknisk måte, vil kunne stå i fare for å skade stemmen.

4.2 Å jobbe som musikalartist

Når man jobber som musikalartist, er det et krav om at stemmen alltid må stemme. Stemmen skal for eksempel passe til rollen, til sangstilen man bruker og til en hver tid og et hvert sted i yrkessammenheng. I denne delen vil jeg se på hvilken innvirkning alle disse kravene vil ha på stemmen og hvordan man bruker den.

Jeg har delt denne delen inn i seks. Disse er: Forholdet mellom skuespill, sang og dans, stemmen i skuespill, stemmen i sang, arbeidsforhold, stemmeforsterkere og lydforhold og til sist andre ytre faktorer i yrket.

4.2.1 Forholdet mellom skuespill, sang og dans

Alle informantene tok i intervjuene for seg hvordan de ser på de tre ulike delene sang, dans og teater i forhold til hverandre. Informant C syns at kombinasjonen av de tre er et fremtredende krav til musikalartister. Om forholdet mellom skuespill og sang sier hun:

Skuespillergreia syns jeg er helt vesentlig for at man skal bli bra sanger, det er bare min smak selvfølgelig da. Det syns jeg. Hvis man ikke vil fortelle noe, så blir det veldig kjedelig. (Informant C)

Også andre informanter ser på skuespilledelen som en viktig del. Informant B sier at å formidle teksten er ekstremt viktig. For informant F er sang og dans underordnet teater. Det er virkemidler man tar i bruk for å få fram teksten. Men han sier også at han ikke tenker på de tre komponentene som adskilte deler. De er naturlige måter å formidle en historie på, selv om sang og dans ikke er naturlig i den forstand at det er noe man gjør i dagliglivet for å fortelle historier. Også informant D sier at for henne er det teksten som er utgangspunktet og det er den som legger føringer for de vokale krav som følger av å skulle formidle teksten. Hun tenker på en solosang som en monolog. Selv om hun ser på dans som noe litt på siden, sier hun at de andre to delene, sang og skuespill, henger tett sammen. Det at skuespilledelen av yrket blir vurdert som viktigere enn sang og dans hos de fleste av informantene, viste seg å kunne ha innvirkning på sang, stemmen og bruken av den hos de forskjellige informantene. Dette kommer jeg nærmere inn på senere.

Informant A mener han bruker stemmen forskjellig i tale og i sang. Han merker at han blir fortere sliten i talestemmen enn sangstemmen. Dette sier han at er fordi han ikke har trent den nok. Informant E forteller litt om hvordan han ser på dette med sang i teatersammenheng:

Jeg syns jo noe av det vanskeligste som skuespiller er akkurat det å stå og synge en monolog, eller synge en rolle. Jeg syns det er veldig mye vanskeligere enn å snakke en rolle (...). Det er en kunstform (...). Jeg syns det er kjempevanskelig å få det troverdig (...). Alle de lagene som jeg jakter etter som skuespiller, må jeg og finne i bruken av

stemmen og styrkegrader og alt sånt i tillegg, men jeg merker jo det at av og til kan det være til god hjelp å synge replikkene. (Informant E)

I dette sitatet ser vi at informant E tenker på sang som noe som gjør formidlingen både vanskeligere og lettere. Informant D sier at det å gjøre to eller tre av komponentene sang, dans og skuespill samtidig gjør jobben tyngre. Kombinasjonen av spillescener med større emosjonelle snakkeutbrudd og sang etterpå sier hun kan være et faremoment for stemmen. Til det å gjøre dans i kombinasjon med de to andre delene, sier hun:

Det å bli fysisk sliten eller andpusten og samtidig skulle kontrollere måten tonen kommer ut på, det krever en veldig sann kroppsbevissthet og hvor en plasserer pusten sin og hvor en sparer og hvor en kjører på. (Informant D)

Det å finne ut hvor man skal puste, hvor man kan hente seg inn igjen og hvor man ikke trenger å gi alt i sangen samtidig som man danser er noe informant A sier han finner ut av i prøveperioden. Også informant F mener det ligger en stor jobb i å finne ut av disse punktene når man skal synge og danse parallelt. Han sier det blir en annen dynamikk, fordi man noen ganger må spare på stemmen eller ikke gi like mye i dansen som man ellers ville ha gjort. Å finne ut hvor man skal puste riktig i dans, når man synger samtidig, sier informant E at ikke alltid er lett. Når han gjør disse komponentene parallelt, har han en tendens til å overkompensere og miste kontrollen på stemmen. Likevel sier han at veien blir til mens man går, og at det vil hjelpe å trene på det.

Både informant A, C og F sier at dansen motarbeider sangen. Informant A snakker om at man i sang skal slippe magen ut og bruke en abdominal pust, mens man i dans skal holde magen inne. Det gjelder da å finne en mellomting, få gjort det man skal gjøre dansemessig samtidig som stemmen får den støtten den trenger fra den dype pusten. I sitatet under sier han noe om hvordan han da tenker en kan jobbe med støtte og pust i dans.

Det blir vel kanskje det å bruke mer både sider og rygg og alt da, og klare å finne støtte i hele systemet. (Informant A)

Informant C trekker fram at når du skal spenne magen i dans vil det å synge et krevende repertoar samtidig bli en utfordring. Det å spenne magen er noe du helst ikke skal gjøre når du synger. Til forskjell fra de andre snakker ikke informant B om dette med at den dype pusten motarbeides, når man danser samtidig. Hun sier det som regel går greit å gjøre de tre

komponentene samtidig. Men med vanskelige koreografier og et høyt tempo i dansen sier hun også at stemmen vil påvirkes og kanskje ikke høres så pen ut.

Her har vi sett at flere av informantene ser en utfordring i det å skulle danse og synge samtidig. Det som noen av informantene sier om hvordan man bruker pusten i sang og dans i kombinasjon, samsvarer med både LeBorgne og Pacoes uttalelser (Melton, 2007). At man må ha et sterkt senter og spenne magemusklene når man danser, trekkes fram. Noen av informantene sier i likhet med Pacoe at sang og dans i kombinasjon gjør at man må takle et motstridende krav til de abdominale musklene (Melton, 2007). De sier at denne bruken av pustemuskulaturen vil ha betydning for pust og stemme, og kan gjøre stemmebruk vanskeligere. De informantene som snakker om at kombinasjonen av sang og dans kan gjøre det å jobbe med stemmen vanskeligere, så ut til å være bevisste på hvordan de bør takle dette. De greier å få stemmen til å fungere på best mulig måte selv med denne utfordrende kombinasjonen.

4.2.2 Stemmen i skuespill

Tidligere ble det nevnt at noen informanter mener skuespill er overordnet sangen. I denne forbindelse vil jeg trekke fram noe informant E uttalte i forholdt til at emosjoner i skuespillsammenheng vil ha innvirking på stemmen og også ha konsekvenser for sangen. Han sier at når emosjonene tar overhånd og man for eksempel begynner å gråte, vil det å synge bli vanskelig. Likevel sier han man må ha en stemme som er mottakelig for emosjonell påvirkning. Det er da, og når man bruker stemmen på rett måte, en kan treffe hjertet til publikum. Informant D sier at hvis det emosjonelle tilsier at noe ikke skal låte pent, så er det riktig. Det kan kreve at du har en teknikk til å gjøre noe som er belastende for stemmen. Dersom følelsene tar overhånd, kan det før til at man skriker og presser, noe som kan slite på stemmen. Hun sier videre at det handler om en balansegang mellom hva man ønsker å gjøre, og hva man kan gjøre. Informant A sier at når han blir ivrig, klarer han ikke helt å kontrollere stemmen sin. Dette merker han fører til at han blir veldig fort sliten. Også informant C sier noe om at emosjoner kan virke inn på stemmen og hva dette kan føre til:

At man rett og slett ikke klarer å kombinere, at man lever seg for mye inn og begynner å grine, (...) men jeg har ikke opplevd at jeg har fått stemmeproblemer av det, jeg har bare opplevd at det ikke låter bra. (Informant C)

Ut i fra dette ser vi at emosjoner er noe flere av informantene mener kan ha en innvirkning på stemmen og prestasjonen. Informantene har et ulikt syn på om emosjoner i denne forbindelse bare virker inn på stemmen slik at prestasjonen blir dårligere, eller om det kan ha betydning for stemmens generelle fungering. Både Berry (2000) og Rodenburg (1998) trekker frem at emosjoner kan føre til at man øker volumet på stemmen. I likhet med disse nevner en av informantene nettopp dette at hvis følelsene tar overhånd kan man komme til å skrike og presse. Det hun sier kan tolkes som at det å bruke stemmen på en slik hard måte, er noe hun ønsker for å få formidle teksten og rollekarakteren. Likevel kan hun ikke alltid gjøre dette fordi hun må ta hensyn til stemmen. Rodenburg (1998) sier at en del skuespillere har en tendens til å skrike og presse, uten at dette har en forankring i emosjoner. I følge han må hvordan man bruker stemmen, henge sammen med emosjonen og teksten man vil formidle. Dette samsvarer med det den ene av informantene sier om at man er avhengig av emosjonell påvirkning for å bruke stemmen riktig og gjøre en bra prestasjon som rører publikum. Likevel kan det sies at det ikke alltid vil være nødvendig å bruke høyt volum og skrike. Dette vil bare være ønskelig dersom emosjonene krever det.

Rolletolkning

I intervjuene snakket informantene om stemmen i tolkning av en rolle. Informant F mener at rolletolkning vil ha en innvirkning på stemmen. Han tenker at det å være sceneartist gjør det utfordrende å klare å bruke stemmen på en sunn måte. Man må bruke mye kraft på stemmen for å nå fram, eller man må kanskje skrike, og da sier han at det ikke alltid hjelper med teknikk.

Det er ikke normalt å stå å skrike til tusen mennesker i tre timer, selv om du har teknikk (...) veldig mye av de plagene jeg har hatt er relatert både til noe mangel av teknikk og noen ganger at man driter i teknikk for man vil at rollen skal fram.

(Informant F)

Informant C nevner at når man i en rolle må lage ulike lydeffekter med stemmen, som bjeffing og distorsjon (en forvrengning av stemmen), kan det føre til at man blir sliten i stemmen. Hun har ikke opplevd dette så mye selv, men ser på det som en risikofaktor for stemmeproblemer. Informant A sier at han ikke har erfaring fra roller som har krevd så mye av han stemmemessig i tale. For eksempel har han ikke behovd å skrike så mye sier han, noe han ser kan være krevd av artister i andre roller. En slik skriking tenker han at er noe hans

stemme ikke ville taklet så bra. Likevel sier han at med riktig stemmeteknikk, tror han, det vil være mulig å lære seg å gjøre også dette på en riktig måte.

I forbindelse med rolletolkning snakket flere av informantene om dette med at man må kunne forandre stemmen etter den rollen man spiller. Spesielt informant D, E og F legger vekt på dette. I denne forbindelse sier informant E at det er viktig å kunne bruke alle fasettene som fins i stemmen, og kunne gjøre det man får beskjed om. Han fortalte også om en annen rolle han har hatt, hvor han måtte legge stemmen opp i et lysere stemmeleie og skifte dialekt. Som musikalartist mener han at det er viktig å ha en fleksibel stemme. Informant F sier at i en forestilling gjorde han flere ulike roller, og hver av disse rollene hadde tre utrolig forskjellige måter å bruke stemmen på. Videre sier han om det å bruke stemmen på forskjellige måter:

Uansett hvilken rolle du har, så bruker du stemmen på forskjellige måter i nesten 3 timer og det er slitsomt, selvfølgelig det er dritslitsomt. Og hvis du ikke da tar vare på den eller har teknikk eller sånn, da greier du ikke fem-seks i uka altså. (Informant F)

Ut i fra det vi har sett over, mener flere av informantene at det å ha en god stemmeteknikk er viktig. Likevel blir det uttalt at man ikke alltid kan gjøre det som er teknisk riktig, hvis man skal kunne formidle teksten og rollen på en best mulig måte. Dette stemmer overens med det som er vist tidligere i oppgaven om at det rollen krever av stemmen, ikke nødvendigvis vil være den beste måten å bruke stemmen på og kan også være belastende (Sataloff, 2005a). I likhet med Sataloff (2005a) mener også flere informanter at hvordan man må bruke stemmen i rolletolkning, kan være en risikofaktor for å utvikle problemer med stemmen. Også de som ikke har egne erfaringer med stemmevansker nevnte dette. Når det er snakk om rolletolkning, legger informantene vekt på at man må ha en stemme som skal kunne brukes til alt. Også i følge Sataloff (2005a) vil det at man kan bruke stemmen ulikt, for eksempel variere stemmeaspekter som klang, rytme, volum og stemmekvalitet være vesentlig for troverdigheten til en rolle.

Informant A forteller om en rolle han spilte under utdannelsen, en utilpass og nerdete fyr. Kroppsholdningen hans i denne rollen gjorde noe med stemmen, den ble nasal og klempt. Denne stemmen ble et karaktertrekk ved rollen. Han sa at han ikke ble sliten i stemmen av å spille denne rollen. Selv om det var en liten rolle, håper han at grunnen til dette var at han brukte riktig teknikk. Videre sa han om denne rollen:

Men det var nok en utfordring, absolutt. Å klare å være avspenst og avslappet, og bruke helt riktig teknikk når du har en sånn forknytt og anspent rollefigur da. (Informant A)

Også de andre informantene trakk frem hvilken innvirking de mente spenninger og kroppsholdninger i rollen hadde på stemmen. Informant D sier at hun synes dette er gøy å jobbe med i rolletolkingen, men at det ikke går upåaktet hen. Hun forteller at det kan ha innvirking på pusten. Men igjen trekker hun fram dette med at det er teksten som står i fokus.

Og altså, det her er jo ikke en ideell sangstilling (demonstrerer), men jeg mente at det var, for rollen og for situasjonen, og for historien, så var det helt nødvendig (...) Om den siste tonen da ble en halv tone lav og et skvæl så var det helt riktig. (Informant D)

Når informant C snakker om spenninger og kroppsholdninger i rollen, trekker hun igjen fram dette med at det kan føre til at resultatet ikke blir så bra, altså at det kan gå utover stemmeprestasjonen. Informant E nevner som informant D, at spenninger og spesielle kroppsholdninger er noe som kan ha innvirkning på pusten:

Og fysiske hindringer og utfordringer er jo klart noe som kan stoppe pusten din i fra og bli fri, altså du kan miste søyla og fri flyt. Og hvis du mister det, så er det jo selvsagt en risikofaktor. (Informant E)

Men han sier videre at dette ikke har vært noen stor fare for han, siden han gjennom utdannelsen har jobbet mye med hvordan man skal løse slike utfordringer. Han nevner også at han av pedagoger har fått høre at man skal kunne synge like bra uansett hvilken stilling man står i. Dette er noe informant B er enig i. Hun sier:

Spenninger kan nok være en greie. Men det handler igjen om da, har du god teknikk så fikser du de fleste stillinger (...) du kan jo snu det, og ofte få dem til å bli en hjelp og ikke sant (...) jeg tror det er litt overdrevet at, å nei det er så vanskelig å sitte eller ligge eller... Det er ikke det. Jeg er skikkelig brutal da. (Informant B)

Som vi ser har informantene ulike syn på om kroppsholdninger og spenninger i rollen virker negativt inn på stemmen eller ikke. Noen sier som Davies og Jahn (2004) at de ulike stillingene og kroppsholdningene som kreves av dem i yrket, hindrer en optimal stemmedannelse. Andre nevner at man skal kunne bruke stemmen like bra uansett hvilken stilling man står i, forutsatt at man har en bra teknikk. Dette kan muligens være fordi man

med god teknikk ikke har spenninger selv om man står i ugunstige stillinger. Turner (2000) mener at den perfekte skuespillteknikk oppnås når skuespilleren klarer å spille uten unødvendige spenninger. Selv om Vilkmann og Rantala (1999) sier at dårlige kroppsholdninger kan være en yrkesmessig risikofaktor for utvikling av stemmevansker, er ikke dette noe informantene i denne undersøkelsen har tenkt så mye på. De som nevner at stillinger og kroppsholdninger kan ha en negativ innvirkning på stemmen, nevner dette i forbindelse med at prestasjonen da ikke blir så bra.

4.2.3 Stemmen i sang

Som nevnt tidligere er det flere av informantene som setter skuespilldelene av yrket foran de to andre delene. Likevel var det krav til stemmen i forhold til sangdelen av yrket som ble tatt opp først av informantene, om de ikke gikk rett på krav forbundet med arbeidsforholdene. Dette kan muligens indikere at disse informantene mener kravene til stemmen i sangdelen av yrket, er større enn kravene i skuespilledelen av yrket. Det var informant A, B og C som nevnte krav i forhold til sangen som første punkt, når de ble spurt om hvilke yrkesmessige krav som stilles til dem. For informant B er det at man må synge bra et vesentlig krav til musikalartister.

Sang i musikaler

Når man mener skuespill er overordnet, kan dette sies å ha konsekvenser for stemmen i sang. Informant D sier hun synger annerledes i musikaler enn i andre reine musikalske prosjekt. I musikaler skal man synge slik at det harmonerer med rollen man spiller. Hun sier:

For når du synger en musikal så er det på en måte, ja en selv, men rollen og det musikalske universet som gir noen retningslinjer for hvordan man skal forholde seg vokalt til det da. (Informant D)

Informant A snakker også noe om forskjellen mellom det å være musikalartist og sanger. Som en soloartist, sier han, at du kan gjøre akkurat det du passer til, mens i musikaler blir du plassert i allerede faste stemmerammer.

Blir du plassert som førstetenoren, så skal du synge alt det førstetenoren gjør, selv om det kanskje er et par linjer der som ikke er så ideelt for deg. Det er vel kanskje det

mest fremtredene kravet jeg merker. (...) du må bare passe til alt, hvis ikke så velger de noen andre. (Informant A)

Her kan det trekkes en parallell til det informant E sier om at han i noen roller må synge i et ugunstig register for sin egen stemme.

Informant B legger vekt på at man må beherske et stort register om man vil jobbe i musikal. Hun sier at det er spesielt viktig å beherske beltingsteknikk som musikalsanger og ser på dette som et av de viktigste kravene til en musikalartist. Også informant C legger vekt på at man må kunne belte høyt som musikalartist. Dette med å ha et stort register tror informant B er ekstra viktig for musikalartister i Norge.

De "caster" folk som skal kunne gjøre alt, fordi vi er så få ansatte i hver produksjon i Norge i forhold til Europa eller USA. (...) veldig viktig at jeg kan synge hva som helst. Du må kanskje stå og synge opera i en sang eller belting i neste sang, synge lavt nede i registeret i en sang, og så korer du kanskje på en høy trestrøken c i neste, eller sånn da, da må du være veldig god. Du må jo kunne beherske hele registeret. (Informant B)

Også i den delen av yrket som har med sang å gjøre, kreves det som informantene på forskjellige måter kommer inn på, at man har en allsidig stemme som kan tilpasses det som kreves i ulike sammenhenger. Melton (2007) sier dette er viktig i musikalsammenheng. Hun mener at når man skal være med i ulike typer musikal er det et krav om at du må kunne bruke stemmen på alle mulige måter. Dette kan som en av informantene nevner, være vesentlig for at de velger deg til jobben og derfor en forutsetning for at man får jobb. I følge Deer og Vera (2008) er det stor stilistisk variasjon innenfor musikalsjangeren. Det trekker også flere av informantene i denne undersøkelsen fram. De ser på det å være allsidig og beherske ulike stiler og sjangere som positivt, dersom man vil jobbe som musikalartist.

Informant C forteller om produksjoner hun har jobbet i, hvor det var viktig å kunne belte høyt og komme opp på høye klassiske toner. Som musikalartist mener hun og informant F at man sang- og stemmemessig må ha en stor bredde. Informant F nevner også dette med at man som musikalsanger må beherske en del ulike stiler, og at man må ha et visst spenn på stemmen. Han sier at man må kunne bruke forskjellig klang på stemmen og ha et stort register. I tillegg nevner han at de sangmessige kravene er noe forskjellig, ut i fra om du først og fremst er sanger, skuespiller eller danser.

Som skuespiller som synger, da stilles det litt andre krav igjen, fordi da er det på en måte teksten som er overordnet som skal fram, og da kan du kanskje ha en litt mer rusten stemme (...) Og som danser så tror jeg generelt sett at kravet som stilles er at du greier å holde en stemme noenlunde, og at du er noenlunde rein. (Informant F)

Fire av informantene sa noe om forskjellen på å være ansatt i ensemblet og det og ha en rolle/hovedrolle i en musikal. Informant A sa som nevnt tidligere, at man blir plassert i faste stemmerammer når man er med i musikal. Han sier at når man jobber i ensemblet er det lettere og ”komme seg rundt” det man ikke klarer. Som en i ensemblet trenger man ikke å synge på den samme måten, som man måtte ha gjort dersom man skulle synge solistisk. Han forteller at man for eksempel kan gå over i falsett/hodeklang, og at det fortsatt kan høres fint ut i et ensemble, men at dette ikke alltid ville passet om man var solist. Også informant B sier at man lettere kan komme unna med en stemme som ikke er hundre prosent, når man jobber i ensemblet, for eksempel hvis man er forkjølet. Men hun sier også at det å jobbe i ensemblet, kan være en utfordring.

Det der å synge i ensemble, mye vanskeligere enn å synge solo hvis du skal ta vare på stemmen din. Det krever at du er bevisst og jobber smart da. Og hører etter hva du gjør og føler ikke minst (...) Da må man stole på seg selv og ikke synge på for mye volummessig. (Informant B)

Både informant E og C mener at det å jobbe i ensemblet kan være mer krevende enn å ha en hovedrolle. Informant C sier at kravene til alt man må gjøre som ensembleartist er større og at man får mindre betalt for det. Informant E på sin side trekker fram dette med at kor og ensembleoppgaver kan være en utfordring.

I tillegg så kan det hende at de kortingene du har, er verre å synge enn de solotingene du har (...). Det som jeg føler er et stort krav er at du skal være med å støtte opp under resten av ensemblet uansett. Og det kan nok legge press på stemmen ja. (...) det blir krevd av deg at du kan gjøre alt alltid. (Informant E)

Her ser vi at det å jobbe i ensemblet kan sies å ha ulik betydning for stemmen. Et synspunkt er at når man jobber i ensemblet kan man lettere løse individuelle stemmeutfordringer. En av informantene trekker for eksempel fram at det er mulig å synge de tonene man syns er vanskelige i falsett, om man synger i ensemblet. Det er ikke alltid en mulighet solistisk. Denne stemmekvaliteten er som nevnt tidligere, ikke like bærekraftig som noen av de andre

kvalitetene (Kayes, 2004). Det at informanten mener at denne stemmekvaliteten er lettere å bruke i ensemblesammenheng enn som solist, indikerer at man som solist gjerne trenger en mer bærekraftig stemme. Likevel kan det som Klimek et al. (2005b) nevner være nyttig å bruke stemmekvaliteten falsett i korsammenheng fordi den lett bander seg med andre stemmer. For å ha en bærekraftig stemme som solist må man kanskje ta i bruk en populær sangteknikk fordi det klassiske idealet er, som Davies og Jahn (2004) nevner, ikke det man ønsker i musikalene. Det at informanten sier at jobben blir lettere når man kan bruke falsett kan skyldes flere grunner. Muligens er årsaken at en populærsangteknisk måte å bruke stemmen på vil være tøffere for stemmen og at han derfor ikke alltid vil foretrekke å bruke denne teknikken. En annen grunn kan være at han må synge i et leie som er for høyt for ham, og da vil hodeklangregisteret være mest naturlig å bruke. Grunnen til at en av informantene ser på det å jobbe i ensemblet som en utfordring, er fordi det å synge i koret i musikalene kan være vanskeligere for hans stemme enn solistoppgavene. Når man skal gjøre noe som stemmemessig ikke passer en selv så bra, vil stemmen bli utsatt for en større belastning, noe som kan virke inn på stemmens fungering.

Sangteknikk

To av informantene så det som vesentlig å beherske beltingteknikk som musikalartist. Også informant E og D nevner begrepet belting når de snakker om sangteknikk. Informant D sier at det var mye fokus på populær sangteknikk ved en av skolene hvor hun utdannet seg, og fortalte litt om hvordan hun opplevde dette.

Det å kunne twange og belte, det var helt nytt for meg. Jeg hadde aldri jobba med det før. Det er på en måte en hardere bruk av stemmen enn den klassiske hvor du løfter alt da. (Informant D)

Selv om utgangspunktet i hennes utdanning var sangteknikk som bygger på Estills forskning (Voicecraft), er det Sadolins (2008) ”komplett sangteknikk” hun og fire av de andre informantene snakker om i intervjuene i forbindelse med populær sangteknikk. Informant C mener at det er mange fordommer mot Sadolinteknikken i det klassiske sangmiljøet, og at de mener man ødelegger stemmen sin ved å bruke den på en populærteknisk måte. Den teknikken hun lærte under utdannelsen, var klassisk rettet, og hun mener at dette ikke er meningsfylt når man skal jobbe i musikalbransjen, slik den er nå. Det fins musikalene som heller mer mot den klassiske stilen og derfor er det også kjekt å kunne dette, men hun mener

at det er flere som sliter med å få til høye brysttoner.

Altså det er fortsatt i musikalbransjen mye sånn; det er bare klassisk som gjelder. Og problemet er veldig ofte der at folk (...) synger med for lavt strupehode. Eller ikke for lavt, men de skjønner ikke at de må opp med strupehodet når de skal opp i høyden. Og så får de problemer med å komme opp på høyere toner, som de egentlig kunne sikkert veldig lett ha kommet opp på. (Informant C)

Informant B snakker om at man i Sadolinteknikken skal kunne beherske alle sjangere. Hun ser ikke poenget med å gå til en sangpedagog som er klassisk eller jazz-rytmisk utdannet i Norge. Informant E sier han kikker i boka til Sadolin når det er noe som ikke fungerer stemmemessig. Det er da gjerne noe finsliping av teknikken som skal til for at stemmen skal fungere igjen. Flere av informantene snakker om viktigheten av støtte i sang. Spesielt informant C og B trekker dette fram som en viktig del av en riktig teknikk, for å ha en godt fungerende stemme.

Som vi ser mener flere av informantene at det er vesentlig å beherske beltingteknikk når man er musikalartist. Davies og Jahn (2004) sier nettopp dette, det kreves en stemme med ”trøkk” og beltingteknikk i musikalsammenheng. Både de og Timmermans et al. (2005) nevner at en slik teknikk kan være potensielt skadelig for stemmen. En av informantene mener at å bruke en populær sangteknikk kan være en mer belastende måte å bruke stemmen på. Ut i fra dette kan man tolke det som om hun mener at å bruke stemmen på denne måten, kan påvirke stemmens fungering negativt. Likevel trekkes det frem av flere informanter at en populærteknisk måte å bruke stemmen på ofte er nødvendig i denne sammenheng. I klassisk sang er et lavtstilt strupehode en essensiell del av teknikken (Iwarsson & Sundberg, 1998). Som en av informantene nevner, vil det å ha et høytstilt strupehode være viktig om man vil komme opp på høye toner med brystkvalitet. Kayes (2004) sier at man i ”belt quality” skal ha et høytstilt strupehode, men også en tiltet ringbrusk. Dette vil gjøre at man kan synge høye toner med ”trøkk” uten å skade stemmen. Selv om Sadolin (2008) ikke lenger snakker om begrepet belting, men har erstattet det med ”edge”, er denne funksjonen noe av den samme. Hun mener også at dette kan gjøres på en sunn måte. Det blir nevnt av informanten at det er fordommer mot den populærtekniske måte å bruke stemmen på i det klassiske miljøet her i Norge, og en innvending mot den er at den skader stemmen. Siden flere av informantene er lært opp i Sadolins (2008) ”komplett sangteknikk”, mener de at man kan lage alle lyder på en sunn måte. Som vi har sett flere steder i oppgaven, sier de at det er viktig med god

stemmeteknikk. Og med en riktig stemmeteknikk vil man i følge Sadolin (2008) kunne lage alle lyder på en sunn måte. Det at man definerer beltingbegrepet ulikt, kan være av betydning for at noen mener denne måten å bruke stemmen er potensielt skadelig, mens andre mener at den ikke er skadelig for stemmen.

4.2.4 Arbeidsforhold

Både i forbindelse med sang- og skuespilldelen av yrket vektlegger informantene at man som musikalartist bør være allsidig. Jeg vil se noe videre på dette aspektet ved yrket.

Det neste sitatet av informant E viser igjen dette med at man må ha en allsidig stemme:

De vil at stemmen din skal være som en potet som skal kunne brukes til absolutt alt.
(Informant E)

Informant E sammenlikner musikalartister med triatlonutøvere, noe som indikerer at musikalartister har varierte oppgaver. Også når det gjelder stemmen. Han sier at noen musikalroller kan regnes som ekstremsport. Man må for eksempel klare å kunne synge pent og stygt, snakke høyt og lavt og skrike. Også informant D setter det å være musikalartist opp mot det å drive med ekstremsport. Det yrket og arbeidsforholdene krever kan være en påkjenning for stemmen.

Jeg bedriver en type ekstremsport. Det er noe annet enn å være skuespiller, ren, bare skuespiller. (...) den lille greia som sitter nedi her (peker på halsen) skal tåle til tider et vanvittig trøkk. Det er en egen ting som jeg trur, for folk som ikke holder på med det, så skjønner dem ikke hva det egentlig koster og hva det krever. (Informant D)

Melton (2007) trekker fram at man i musikalsammenheng må kunne bruke alle lydene fra teaterverdenen. Hun sier at alle lyder som kan lages på en sunn måte, kan være nødvendig å bruke i ulike sammenhenger. Den ene informanten sier her at stemmen til tider kan utsettes for stor belastning. Dette kan muligens tolkes som at hun føler det kreves mer av stemmen enn det som er bra for den. To av informantene sier at det å være med i noen musikal kan sammenliknes med ekstremsport for stemmen. Ut i fra dette tyder det på at de føler kravene stemmemessig er store, og at det er stor bredde i hva de må kunne gjøre med den.

En optimalt fungerende stemme

Når man jobber som musikalartist, mener flere av informantene at det foreligger et krav om en optimalt fungerende stemme. Informant D sier det kreves at stemmen er ganske 100 % hele tiden, mens informant E snakker om at stemmen må være ”på plass” hver dag. Også informant A tar for seg dette med at stemmen er viktig for at prestasjonen blir slik man ønsker, men noen ganger vil den ikke fungere optimalt selv om man skulle ønske det.

De krever at du alltid leverer (...) Det er jo en live forestilling og du skal jo levere det samme hver kveld. Og det er jo ikke alltid at stemmen er, at du er like frisk og like pigg hver eneste kveld, men det er jo et krav som ligger der da. (Informant A)

I denne type yrke, hvor man er avhengig av nye jobber og nye musikalproduksjoner å være med i, sier informant F at man må være på topp hele tiden. Den siste forestillingen din er på en måte auditionen din, derfor må man ikke slå seg til ro med det man kan, men hele tiden lære seg nye ting.

Det informantene her påpeker, stemmer overens med det Pascoe sier er et av de største kravene til musikalartister (Melton, 2007). Hun mener stemmen må fungere optimalt i en lengre periode med mange forestillinger. Men mange forhold kan virke inn på stemmen slik at man i en periode ikke har en optimal stemme. En av informantene påpeker at det er ikke alltid man er i toppform. Dette kan da virke inn på stemmen. Siden man i yrket er så avhengig av at stemmen fungerer, vil det at den ikke fungerer så bra kunne føre til at man ikke kan gjøre jobben sin. Derfor er det viktig å ha strategier for å komme seg igjennom perioder når stemmen ikke er optimal, og kunne gjøre det som er best for den slik at den vil fungere best mulig til enhver tid. Hvilke strategier informantene har, kommer jeg inn på i delen ”å ta vare på stemmen”.

Mye jobbing og krevende forestillinger

En annen faktor som er vesentlig i musikalartister yrkeshverdag, er mengden jobb. Informant D, E og F snakket mye om at når man er med i musikaler, gjør man gjerne mange forestillinger i en periode. Og mange av forestillingene som de har vært med i, sier de er krevende stemmemessig. I tillegg er de i perioder med i flere produksjoner på en gang eller gjør andre skuespill og sangrelaterte oppdrag, som dubbing, film og reklame. Både Informant E og F fortalte at de til tider har hatt trippel jobbing, altså tre forskjellige jobber eller

forestillinger på en og samme dag, prøver på dagtid og forestilling på kveldstid. Informant D legger vekt på at det å være musikalartist handler om å kunne opprettholde kvaliteten over lang tid. Det handler ikke bare om å få til noe på en time eller en gang innimellom. Hun sier at dette fikk man ikke trent seg på i utdannelsen, og ingen snakket noe om dette. Som musikalartist kan det kreves at man gjør opp mot 100 forestillinger av samme forestilling i en periode. Informant D sier om stemmen i denne sammenheng:

Den skal tåle det trøkket som ofte er i musikallitteraturen og musikken over lengre tid. Så det kreves god utholdenhet og kondisjon, og innimellom så må det være hvile.
(Informant D)

Hun forteller at når hun gjør mer ekstreme roller, blir muskulaturen trent opp til å gjøre akkurat det som kreves i denne rollen, og det er vanskelig å gjøre annet ved siden av. Etter slike krevende oppgaver mener hun det er viktig med hvile og få nullstilt apparatet. Både informant D, E og F fortalte om perioder der de måtte bruke stemmen på veldig forskjellige måter i de ulike rollene og oppgavene. Spesielt informant D sier det kan være vanskelig å gjøre to ulike ting på en gang, for eksempel bruke et høyt sopranleie i den ene rollen og hard brystklang i en annen. Hun sier hun mener at dette kan være en risikofaktor for å utvikle stemmevansker i denne yrkessammenheng. Informant E forteller om en periode med to veldig ulike oppgaver og noe som var uvant. Dette sa han førte til at han stivnet litt.

I følge Davies og Jahn (2004) vil musikalartister måtte gjøre åtte show i uka i flere måneder. Det er sjelden en musikal i Norge spilles like mange ganger i uka, men det kreves fortsatt at man kan gjøre et stort antall forestillinger i uka over en lengre periode. Dette er noe informantene i denne undersøkelsen trekker fram som et vesentlig krav. Stemmen må ha en utholdenhet slik at det er mulig å spille forestillinger ofte over en lengre periode. I tillegg nevner flere av informantene at de i perioder jobber med tre prosjekter samtidig. Dette kan gjøre kravet om en utholdende stemme enda større. Sataloff (2005a) trekker også fram dette med lange dager og mye jobbing. Han ser på det som en risikofaktor for utvikling av stemmevansker. Også noen av informantene i denne undersøkelsen sier at det å jobbe mye, kan påvirke stemmen negativt. Å gjøre to jobber som krever en ulik bruk av stemmen samtidig, ser spesielt en av informantene på som en risikofaktor. Dette kan ses i sammenheng med noe Eken (1998) sier om det å bruke stemmen på forskjellige måter i sang. Hun mener at en sanger bør spesialisere seg innenfor en sjanger. Muskulaturen vil ikke takle den omstillingen det er å gjøre to ulike stiler.

Yrkeshverdagen

Får å få jobb i musikal må man ofte gå på audition. Informant D og E sier de har gått lite på audition. Likevel kunne informant D fortelle om en audition hvor nervøsiteten virket negativt inn på stemmen. Også informant A, B, C og F nevner at ulike faktorer i yrke og nervøsitet kan gjøre det vanskelig å prestere på audition.

Det vil for en musikalartist være viktig å kunne prestere og ha en god stemme også på audition. Om de får jobben kan avhenge av dette. Som vi ser her forteller flere av informantene om auditioner de har vært på hvor stemmen ikke har fungert så bra. De sier det er ulike aspekter i yrkeshverdagen som er medvirkende til at stemmen ikke fungerte så bra i disse tilfellene. Det blir blant annet nevnt at nervøsitet har en innvirkning på stemmen. Nervøsiteten kan være forårsaket av stress og press i deres yrkeshverdag, og også av presset man legger på seg selv fordi man ønsker å gjøre det bra.

Det at man jobber sene kvelder kan føre til at man får mindre søvn enn man har behov for. Informant A nevner at dette med sene kvelder ikke har så stor betydning for hans stemme.

At jeg har ugunstige arbeidstider, det har ikke vært noe sånn stort problem for meg. Det er heller sånn i enkelt tilfeller at du noen ganger gjerne skulle ha starta to timer senere med den prøven. (Informant A)

Informant C og F trekker fra at søvn, eller for lite søvn kan ha en negativ innvirkning på stemmen. Å få nok søvn, sier informant B, at er noe av det viktigste for prestasjonen. Informant D på sin side mener at faktorer som sene kvelder og uregelmessig jobbing, ikke har noen innvirkning på hennes stemme. Før trodde hun at søvn var ”alfa og omega” for å kunne prestere, men nå sier hun at hun har lært seg at det går fint også uten nok søvn.

Noen av informantene mener at for lite søvn kan ha en negativ innvirkning på stemmen. Men det kan ut i fra det disse informantene sier tolkes som om de ser på søvn som vesentlig, fordi prestasjonene da blir bedre, ikke nødvendigvis fordi det hindrer stemmeproblemer.

Tidligere ble det nevnt at blant annet Sataloff (2005b) og Murry og Rosens (2000) ser på dette med nok søvn som viktig når man skal ta best mulig vare på stemmen. Det kan være vanskelig å få nok søvn hvis man i perioder jobber mye og har sene kvelder. I en musikalartists yrkeshverdag kan det være et krav om at du må jobbe sene kvelder, fordi forestillingene gjerne spilles på kveldstid. Har man prøver tidlig dagen etter, vil det naturlig

nok forekomme at man i perioder kan få for lite søvn. Andre informantenes igjen mener at nok søvn ikke er av stor betydning for at de skal ha en godt fungerende stemme. Dette strider imot det som blir trukket fram som en vesentlig faktor innenfor stemmehygiene (Sataloff, 2005b; Murry & Rosen, 2000). Det kan da sies at selv om man gjør noe som ikke er bra for stemmen, vil ikke det nødvendigvis ha en negativ innvirkning på stemmen.

En annen faktor i forhold til yrket ble nevnt av informant A og D. Ofte er det slik at man går ut sammen og er sosiale etter at forestillingen er ferdig. Begge sier at et høyt støynivå og det at man må prate over musikk og andre mennesker, har en innvirkning på stemmen. Informant A sier at han blir fort sliten av det, og at han tror det kanskje er fordi han legger stemmen i et lysere leie og snakker mer anstrengt. I perioder med krevende oppgaver sier informant D at hun må unngå slike sammenhenger med prat over et høyt støynivå. Hun sier det er noe av det verste for stemmen. Sosialisering i lokaler hvor det er mye støy, og hvor det kanskje kan være tørr luft, er noe Rodenburg (1998) også trekker fram at kan være ugunstig for stemmen. Man vil da muligens bruke stemmen feil. Han sier at å være sosial med medarbeidere etter forestilling kan være positivt for å bygge opp karrieren og kanskje en mulighet til å skaffe seg nye jobber. Er man av denne oppfatning, kan det diskuteres om dette kan regnes som et yrkesmessig krav. Denne siden ved å sosialisere etter forestilling var ikke noe mine informanter trakk fram. Man kan da si at dette ikke er et krav som stilles til dem for å bygge opp sin karriere, men bare lystbetont og noe de ønsker å være med på. Likevel er dette interessant å ta med her fordi det vil være greit å vite om at utenomliggende sosiale- og miljømessige forhold kan ha en negativ innvirkning på stemmen.

Stress og prestasjonspress

Flere av informantene snakket om hvordan dette med nervøsitet virket inn på stemmen i auditionsammenheng, blant annet informant D. Videre sier hun at hun ikke har så mye prestasjonsangst når hun alt har fått en jobb. Hun vil løse denne oppgaven på sin måte, og da synes hun det ikke har noe å si hva andre måtte mene. Alle informantene kom i sine intervjuer noe inn på innvirkningen nervøsiteten hadde på stemmen. Informant E sier at psyken kan ødelegge litt for en selv. Han fortalte om hva som skjer med stemmen når det er jobber han ønsker å få:

*Men hvis plutselig det sitter noen folk som du da vet skal ansette deg til en jobb (...)
Hvis du virkelig vil ha den jobben, så er det i hvert fall for min del større fare for at*

jeg kanskje bryter litt sammen da ja. Det gjelder mest at jeg ikke får kontroll på pusten, og bruker ikke den. Ja jeg har ikke en åpen kropp, og da stenger jeg for stemmen min. (Informant E)

Han sier at stress og prestasjonspress kan gjøre at han begynner å kompensere og bruker unødvendig mye muskulatur eller luft og presser fordi han vil for mye. Dette skjer gjerne hvis han jobber med vanskelig stoff. Da blir ikke resultatet så bra. Informant F sier at nervene bare blir verre med årene og jo større utfordringer han får. Han sier også at han blir mer nervøs når han skal synge som seg selv og ikke kan gjemme seg bak en rolle. Også han snakker om innvirkningen dette har på pust, og at det gir en skjelving i stemmen. Det samme gjør informant C.

Det som også innvirker er hvis man er nervøs og sånn. Diafragma bare (demonstrerer), også får man bare (demonstrerer skjelving i stemmen) sånn vibrato. Det har jo skjedd i blant. Det er det psykiske kanskje. (Informant C)

Generelt snakker informant C mye om at psyken har mye å si for om stemmen fungerer bra eller ikke. Hun sier videre at for henne er ikke nervøsitet et så stort problem nå for tiden. Informant B sier også at hun klarer å takle nervøsitet bedre nå, enn det hun gjorde når hun var yngre. Hun mener det er en treningssak. Informant D på sin side har en annen opplevelse av dette med nervøsitet:

Jeg takler nerver dårlig. (...) Jeg synger ikke noe bra når jeg ikke klarer å slappe av, og det er nok et evig prosjekt å klare å slappe av. Og det øver jeg meg på hele tiden. (Informant D)

Her ser vi litt hvordan de fleste informantene mener stress, prestasjonspress og nervøsitet virker inn på stemmen. I likhet med informantene sier Wellens og Opstal (2001) at stress kan føre til spenninger og ha en negativ innvirkning på pusten. Colton et al. (2006) mener at å lære seg å kontrollere stress er positivt dersom man vil ha en sunn stemme, fordi stress kan føre til spenninger og et anspent stemmeapparat. Dette igjen kan føre til at man blir sliten i stemmen. Som vi ser kan dette ses i sammenheng med det en av informantene sier om at stress og prestasjonspress i noen tilfeller føre til at han presser, og bruker stemmemuskulaturen uhensiktmessig. I undersøkelsen av Novak et al. (1991) var emosjonelt stress en av de to faktorene som så ut til å forårsake stemmetretthet hos skuespillere. Likevel ser det ut som om informantene i denne undersøkelsen først og fremst trekker fram den

negative innvirkningen stress, nervøsitet og prestasjonspress har på stemmen som avgjørende for hvor god prestasjonene blir. Altså ikke fordi det fører til at de blir slitne i stemmen eller får andre problemer med stemmen.

4.2.5 Stemmeforsterkere og lydforhold

Informantene i undersøkelsen ser viktigheten av stemmeforsterkere i denne yrkessammenheng. Av informantene er det informant B, D og F som uttrykker seg sterkest ved å si at stemmeforsterkere som mygg eller mikrofoner er helt nødvendig og at dette er noe man må ha for å nå igjennom orkesteret i musikaloppsetninger i dag. Informant A sier han syns stemmeforsterkere er til hjelp, og fører til at stemmen bærer bedre ut. Da slipper man og skrike det høyeste man kan, sier han, og man kan også legge på noe klang. I tillegg nevner han at man skal bruke stemmen på samme måte når man har mygg, som når man ikke har det. Også informant C sier stemmeforsterker er til hjelp. Informant E forteller at han syns det er gøy å jobbe med mygg i musikalsammenheng, fordi han da kan bruke stemmen mer dynamisk enn det han ville kunne gjøre uten stemmeforsterker. Men han sier også at han ikke alltid syns det er nødvendig å bruke mygg på teater. For som skuespiller skal du klare å snakke slik at alle hører deg, selv om du snakker lavt. Han mener at mygg kan være fremmedgjørende, med mindre det er en eller annen effekt man vil oppnå. Også informant F mener at man i talescener ikke nødvendigvis trenger å bruke stemmeforsterkere. I tillegg sier han at man lett kan bli utrolig lat av å bruke mygg og mikrofon, både diksjonsmessig og stemmemessig. Man legger noen ganger alt for mye av ansvaret på lydmannen.

En faktor som i stor grad ble vektlagt i intervjuene og som informantene mener har innvirkning på stemmen, er lydforhold og lytting. Spesielt informant B, C, D, E og F er opptatt av at dette har mye å si. Dårlig lytting og lydforhold er noe som flere ser på som en risikofaktor for å utvikle problemer med stemmen. Informant C sier hun får en tendens til å presse volumet når lydforholdene er dårlige og når hun ikke hører seg selv. Hun sier at man kan slite seg ut og synge seg hes, om man har dårlig lytting. På teatrene syns hun de som regel får fikset det slik at det blir greie lydforhold, men at veldig mye kommer an på om man har en bra lydtekniker eller ikke. Informant B sier at dersom du er syk eller sliten og holder på med prøver til en produksjon, så må du kunne ha en dialog med for eksempel lydtekniker og si at du ikke kjører fullt ut den dagen, men bare markerer stemmemessig. Hun trekker fram at det er spesielt i begynnerfasen i øvelsene med stemmeforsterker at man kan bruke stemmen feil:

Hvis du har veldig dårlig lytting, spesielt når man driver med gjennomganger (...) før lydteknikeren har fått en sjans til å gjøre ferdig jobben sin. Hvis du da ikke er erfaren nok eller bevisst nok på at, okay, jeg skal synge sånn som jeg alltid pleier selv om det høres annerledes ut (...) det øyeblikket du begynner å dra på fordi du ikke hører deg selv, da kan du synge deg hes. Så det er en utfordring. (Informant B)

Også informant F er enig i dette med betydningen av en god lydmann. Når man ikke jobber på lag med lydmannen, kan det ha konsekvenser for stemmen. Det at lytting kan være et problem, er noe informant D ofte har tatt opp. Hun legger vekt på at det lydbildet man hører bør være konstant, slik at man får vent seg til det. Ellers vil det være noe som tar fokus, og fokuset vil da ligge på feil sted. Hun mener lytting er en faktor som er helt avgjørende for å kunne prestere. Informant E forteller om at du kan ødelegge litt for deg selv om du har dårlig monitorering. Man vil gjerne synge høyere enn den lyden man hører og da bruker man mer muskler. I motsetning til de andre informantene mener informant A at dette med lytting ikke har så mye å si for han selv. Han sier han er mindre kresen i forhold til hva han hører, når han står på scenen enn andre rundt seg.

I likhet med informantene sier Melton (2007) at stemmeforsterkere er nødvendig i musikalene. Sangstilen krever det. Likevel sier både hun og Hansen (1989) at det for skuespillere i talescener ikke skal være nødvendig med mikrofon. To av informantene nevner også dette. Selv om det er positivt å bruke mygg og mikrofon fordi man kan synge mer på den måten man vil, ser informantene at det å jobbe med stemmeforsterkere kan by på utfordringer. Davies & Jahn (2004) påpeker at fordi man ønsker et høyt volum på musikken i musikalene vil det noen ganger være vanskelig for artistene å høre hva de selv gjør også når de har monitorering. Dette er noe flere av informantene trekker fram. De sier at når de ikke hører sin egen stemme, vil de kunne bruke den feil. Saunders-Bartons syn på stemmebruk når man har stemmeforsterker, er at man skal bruke stemmen på akkurat samme måte som man gjør akustisk (Melton, 2007). Dette kan være vanskelig når man ikke hører sin egen stemme. Da kan en naturlig løsning være det noen av informantene sier, at man tar i mer stemmemessig og presser stemmen fordi man ønsker å høre og kontrollere hva man selv gjør. Dette kan ha konsekvenser for stemmens fungering. De nevner blant annet heshet. Novak et al. (1991) undersøkelse av skuespillere viste at høy vokal anstrengelse var en av årsakene til stemmetretthet blant disse.

4.2.6 Andre ytre faktorer i denne yrkessammenheng

Ytre faktorer som forestillingslokale, luftkvalitet, kostyme og lignende var ikke temaer informantene tok opp på egenhånd. Først når disse ble nevnt som mulige faktorer som kunne ha en innvirkning på stemmen, gikk de inn på hvilke erfaringer de hadde med disse. Informant F forteller at de fleste teatrene han har vært på har for dårlig luftfuktighet. Både informant A og E sier at forestillingslokalene ofte er veldig tørre og at det derfor er viktig å drikke vann. Men informant E sier også at for hans del er dette med luftfuktighet flisespikkeri. Informant C snakker om at det er ekstra vanskelig når det er tørr luft, og man er andpusten etter dans. Hun sier at man da kan miste kontrollen.

Når det derimot var snakk om akustikk, mener flere av informantene at dette kan ha innvirkning på prestasjonen og stemmen. Informant A sier at teaterlokaler ofte har fin akustikk, men det varierer mer fra rom til rom i audition- og prøvelokaler. Informant C sier det er lettere å synge i et klangfylt rom enn i et tørt rom. Dette er noe informant F er enig i og han forteller litt om hvordan det føles å synge i et rom som ikke bærer:

For det kjennes ut som du tar i helt riktig og det kjennes ut som det stopper en halv meter foran deg og bare detter ned, det er det eneste bildet jeg har. (...) da begynner man å overkompensere og sånn, og da får du mye spenninger. (Informant F)

Å jobbe utendørs sier informant A, C, og F kan være utfordrende for stemmen. De sier lydforhold utendørs er annerledes og kan gjøre jobben vanskeligere. Informant E på sin side sier at lydforholdene var bra når han jobbet utendørs, derfor var erfaringen positiv. Verken informant A, E eller C sier at de har opplevd å jobbe i kostymer som gjør det vanskeligere pust- og stemmemessig, men de ser at noen kostymer kan være ugunstige for stemmen. Informant C tror at det i disse tilfellene vil bli tatt hensyn til og gjort forandringer. Informant F forteller at han ikke har tenkt bevisst på hvilken innvirkning kostymer og sminke har på stemmen, før det ble nevnt i intervjuet. Likevel sier han at han vet det har en innvirkning på pusten. I tillegg mener han at kostyme og sminke har utrolig mye å si for å bygge en karakter.

Hvis du blir påtredd et kostyme som føles veldig feil. Ikke nødvendigvis er ukomfortabelt, men det føles feil, det har innvirkning på stemmen. (Informant F)

Dette tenker han at har noe med psyken og det mentale å gjøre. Informant D forteller at hvis man skal jobbe i kostymer og sko som er krevende, mener hun det er viktig å begynne å øve med disse eller noe tilsvarende så fort som mulig. Da kan man inkorporere dette med de vokale kravene. Generelt sier informant D at hun prøver å ikke la ytre faktorer og trivielle ting gjøre henne redd for at hun ikke skal kunne gjøre jobben sin. Derfor snakket hun ikke så mye om de ytre faktorene som er nevnt i denne delen, og mener at de ikke virker inn på hennes stemme. Heller ikke informant B snakket noe særlig om disse faktorene selv om de ble nevnt i intervjuet.

Noen av informantene snakker om ytre faktorer i yrket og at de i noen tilfeller kan ha negativ innvirkning på stemmen, men de ser ikke på dette som noe stort problem. Vilckman (2000), Sataloff (2005a) og Ingram og Lehman (2000) trekker fram at faktorer som de som er nevnt her, kan være risikofaktorer for utvikling av stemmevansker for musikalartister og profesjonelle stemmebrukere. Dette ser ikke ut til å stemme helt overens med synspunktene til mine informanter. Likevel kan det være nyttig å være klar ytre forhold. Det kan være til hjelp for å se på hvordan man kan gjøre det enklere stemmemessig for artisten i tilfeller hvor ytre faktorer kan være en utfordring.

4.3 Å ta vare på stemmen

Det å ta vare på stemmen kan være en utfordrende oppgave når stemmen alltid må stemme. I den forrige delen så vi at noe av det som kreves i yrkessammenheng kan ha negativ innvirkning på stemmefunksjonene. Det vil ikke alltid være like lett å fjerne disse utfordringene. Også det å løse dem kan være vanskelig fordi det ikke alltid er lett å hvile stemme dersom man trenger det. Heller ikke å bruke den på en annen, sunnere og bedre måte er like enkelt alltid. Jeg vil i denne delen ta opp forhold som kan gjøre det vanskelig å ivareta stemmen på den måten som antagelig ville vært best. Jeg vil også se på hva informantene mener er viktig å gjøre og ta hensyn til, for at stemmen skal fungere best mulig. Inndelingen jeg her har gjort er: Forhold til stemmen og ivaretagelse av den, jobbmentalitet, egne strategier for å ha en best mulig fungerende stemme, og musikalens ansvarlige og deres kunnskap om stemmen og krav til den.

4.3.1 Forhold til stemmen og ivaretagelse av den

Informantene forteller i intervjuene om hvilket forhold de har til stemmen sin. Informant D sier hun prøver å ha et avslappet forhold til stemmen.

Jeg har ikke lyst til at stemmen skal eie meg, det er jeg som eier den. Så jeg prøver å bare leve så normalt som mulig. (Informant D)

Hun mener det er viktig å ikke la panikken ta en, dersom stemmen ikke fungerer som den pleier. Hun sier at hun har opparbeidet seg en så pass god teknikk og kommer unna med mye etter hvert. Derfor klarer hun å holde panikken på avstand.

I et yrke hvor man er avhengig av stemmen, er bevissthet om hvordan man forholder seg til sin egen stemme og hvordan man tar vare på den et viktig punkt. Flere informanter nevner dette med at det er viktig å kjenne sin egen stemme for å kunne ta best mulig vare på den. Informant A sier at selv om det er forhold i yrket som kan gjøre det vanskelig stemmemessig, må man rett og slett bare vite hva stemmen tåler og ikke tåler og ta kontroll over situasjonen. Det er viktig å vite når nok er nok, og når du må slappe av og ta deg fri. Dette kan ses i sammenheng med noe informant B tok opp. Hun snakket om at man bør si ifra og for eksempel markere stemmemessig de dagene man er syk eller sliten. Hun mener at dette er noe man må gjøre for å ta vare på stemmen sin. Informant F poengterer at det blir stilt krav til at man skal kjenne sin egen kropp og stemme selv. I følge han får man ofte høre av de kunstnerisk ansvarlige at de stoler på at du gir det du kan, og at du kjenner din egen stemme og kropp best selv. Men han nevner videre at man bommer mye og fort blir revet med. Derfor er det å lære sin egen stemme og kropp å kjenne noe man kan jobbe videre med. Informant E mener at en viktig del av det å ta vare på stemmen sin er å utforske og utvikle den. Ellers mener han at alt er lov. Når han som tidligere nevnt snakker om yrkesmessige krav, tar han opp at man må være på plass i stemmen og kroppen hver dag. Men han sier videre at det er en selv ansvaret ligger på:

Hvis du ikke er på plass, så er det ingen som bryr seg. Så du er din egen lyktes smed. Du må passe på at du tar vare på kroppen din og tar vare på stemmen din, på den måten man føler riktig da. (Informant E)

Ut i fra det flere av informantene her uttrykker, mener de det vil være vesentlig at man kjenner sin egen kropp og stemme og er bevisste på hvordan man bruker stemmen sin. Som

Klimek et al. (2005a) påpeker vil det å ha kunnskap om stemmen og hvordan den fungerer, kunne bli sett på som en styrke. I denne sammenheng siktes det først og fremst til tekniske aspekter ved stemmen, anatomi og stemmens fungering i teori slik at man kan bruke det i praksis. Men siden forskjellige personers stemmer er ulike og noen stemmer kanskje tåler mer enn andres, det vil også være viktig å kjenne sin egen stemme. At man gjør det, vil kunne sies å ha betydning for om man klarer å holde seg innefor det stemmen tåler, eller om du presser den ut over det den tåler. Det vil derfor være vesentlig å vite hvor man må sette grenser og når man må se etter andre løsninger for at man ikke skal utvikle problemer med stemmen.

Når det er snakk om ivaretagelse av stemmen, sier informant F at han er dårlig til å ta vare på stemmen sin. Dette sier han er fordi han kanskje ikke kan nok om det, men innrømmer også at det er en annen grunn til det. Han mener andre er for opphengt i hva de tror er bra for stemmen. Han føler det kan bli for mye og vet ikke om det de gjør hjelper. Derfor ønsker han å være en motvekt til disse. Også informant C og E snakker om at de tror mye av det andre gjør for å vare på stemmen, ikke nødvendigvis er noe som er riktig og bra for stemmen. Informant C mener mye er myter og psykisk, mens informant E snakker om at det kanskje har en placebo effekt. Informant B sier at hun er ikke så opptatt av ivaretagelse av stemmen, men at god teknikk er det som er viktig for at stemmen skal fungere bra.

Igjennom oppgaven har vi sett at en del informanter ser på det å være teknisk dyktig stemmemessig som positivt og viktig når man jobber som musikalartist. Det noen sier over kan tolkes som om de ikke mener at dette aspektet er en del av det å ta vare på stemmen sin. For å ha en sunn stemme mener Colton et al. (2006) at det er viktig å lære riktig stemmebruk og at man ikke presser stemmen. Dette går da på det tekniske aspektet med stemmen. Derfor kan det å kunne riktig stemmeteknikk og sangteknikk ses på som en del av det å ta best mulig vare på stemmen.

Noen informanter nevner at det andre gjør for å ta vare på stemmen, for eksempel er å drikke varmt vann med honning og bruke helsekostprodukter som floradix alpenkraft. Disse informantene har ingen tro på at slike tiltak har effekt på stemmen. Det jeg i denne sammenheng ønsket å finne ut mer om, var først og fremst deres forhold til det som er nevnt i teoridelen om stemmehygiene og ivaretagelse av stemmen. Selv om jeg brukte ordene ”å ta vare på stemmen” i intervjuene, hadde jeg på dette tidspunktet tenkt å bruke begrepet stemmepleie i problemstillingen i stedet for ivaretagelse av stemmen. Jeg brukte derfor i noen tilfeller begrepet stemmepleie. Jeg tenker at det kanskje var ordet ”pleie” som fikk noen av

informantene til å tenke at det å ta vare på stemmen gikk mer på slike tiltak som de nevnt over ikke ser noe poeng i. Likevel kom vi i intervjuene noe inn på stemmehygieniske aspekter og de så ut til å være klar over hva som var bra og ikke bra for stemmen, selv om noen sa de ikke følte de kunne nok om det og noen ikke tok hensyn til det.

4.3.2 Jobbmentalitet

For å kunne ta best mulig vare på stemmen kan det ha betydning hvilken innstilling du har til jobben din. Informant E sier at det er et ekstremt krav til profesjonalitet i hans arbeidssituasjon. Også informant A sier at det stilles krav i bransjen at du kommer forberedt og gjør jobben din. Dette er ens eget ansvar. På den andre siden sier informant F at han synes det stilles for lite krav til disiplin hos musikalartister i dag. Han mener at den generasjonen som kom etter han, har en annen jobbmentalitet, hvor det skal mindre til, ved for eksempel skade og sykdom før man sier at man ikke kan opptre. Men han sier også at dette igjen kanskje gjør dem flinkere til å ta vare på seg selv. Ikke alle mener at det er lettere å si at man er syk, og ikke kan jobbe som musikalartist i dag. Både informant A, B og C sier at man som musikalartist må jobbe uansett.

Men der har du en annen ting (...) som kanskje er litt sånn risikogreie i bransjen, at du må jobbe selv om du er syk. Du har ikke noe valg (...) Jeg mista stemmen husker jeg under (nevner forestillingen). Fordi jeg sang. Alle ble dritsyke, og vi sang for det vet du. (...) da mista jeg stemmen i tre dager. (Informant C)

Men informant B sier at hun synes det er lettere å si ifra at hun er syk og ikke kan jobbe nå, enn før da hun var yngre. På grunn av at det er så stor konkurranse i bransjen, ville hun som ung gjerne gi alt, gi maks. Nå sier hun at det å kunne si ifra at man er syk, er å være profesjonell. Hun har lært at det er ingen andre enn hun selv som passer på stemmen hennes, og at hun derfor må være steinhard for å ta vare på den. Flere informanter, informant A, C og F, nevner bruken av en reserve når de har vært syke. Likevel sier informant A at bruken av reserver i Norge er annerledes enn i for eksempel England.

Mens her i Norge så har man liksom vært vant til at skuespillere de går på jobb samme søren. Om du er, ja, om du har 40 i feber og... spiller ingen rolle. (...) så da er kravene litt annerledes, her må du bare gjøre det uansett, om du er dårlig i stemmen eller ikke. Mens i England så har de andre som tar over. Så da får du ikke lov hvis

ikke du er 100 %. Og det er ikke opp til deg å ta den avgjørelsen. Det er jo da en eller annen leder i musikalen, som tar den avgjørelsen. (Informant A)

Som vi ser har informantene et ulikt syn på det å være profesjonelle. Flere av informantene forteller at man som musikalartist må jobbe selv om man er syk. Som Rodenburg (1998) påpeker er det stor konkurranse i denne bransjen, og man vil hele tiden prøve å skaffe seg nye jobber. Derfor kan det være positivt å gi et godt inntrykk og vise at man er pålitelig. Ingen vil dessuten at en forestilling skal avlyses. Sannsynligvis vil heller ikke musikalartisten ønske det. Derfor vil det være et krav i yrket om at man kan opptre uansett. Det at man må jobbe selv om man er syk og egentlig burde hvile stemmen, kan ha en innvirkning på stemmen. Colton et al. (2006) sier at å ikke presse stemmen når man er syk er en viktig del av det å ta vare på stemmen sin. Derfor vil det ikke for musikalartister alltid være så lett å gjøre det som er best for å ivareta stemmen. Som vi ser av sitatet over (Informant C) forårsaket sykdommen afoni i den ene informantens tilfelle. Hertegård (2008) sier at problemer med stemmen hos artister kan forekomme i sammenheng med halsinfeksjon. Det at problemer med stemmen og funksjonelle stemmevansker kan være et resultat av overanstrengelse ved sykdom som halsinfeksjon, vil gjøre det viktig for en musikalartist å vite når man ikke bør bruke stemmen og heller hvile den.

Et tiltak som kan være til hjelp for å legge til rette for en bedre bruk av stemmen, er å benytte en reserveordning på rollene i produksjonen. Det er sjelden man i Norge ansetter en reserve til alle roller. Grunnen til dette kan være flere, og det er både positive og negative sider ved denne ordningen. Dette går jeg ikke videre inn på her, da dette vil være for omfattende og noe utenfor oppgavens problemstilling.

Det er også en økonomisk side ved det å si nei til jobber fordi man er syk, dårlig i stemmen eller av andre grunner. Rodenburg (1998) sier at musikalartister hele tiden må tenke framover, å sørge for at de får nye jobber. Man kan da føle et press på å ta jobber man egentlig burde ta. Informantene forteller videre litt om det økonomiske aspektet ved jobben og betydningen det kan ha for stemmen.

Som informant E sier blir man ikke akkurat rik av å jobbe som skuespiller, så man må ta seg jobber ved siden av. Da kan det bli mye å gjøre i perioder. Informant F forteller at man noen ganger må ta jobber man ikke har stemmemessige forutsetninger for å gjøre eller ikke ønsker å gjøre. Da kan det hende man bruker stemmen feil. I følge informant B kan det være

vanskelig å si nei til å opptre, selv om man egentlig burde la være, nettopp fordi man kan være økonomisk avhengig av pengene denne jobben gir.

Og selvfølgelig penger. Når du er på turné eller hvis du spiller forestillinger og du blir syk og du ikke har guts til å si nei, jeg kan ikke spille i dag. Fordi det er veldig vanskelig å si, også gjør du det allikevel på forkjølte stemmebånd. Det er det verste.
(Informant B)

En annen situasjon for musikalartister kan være at de i noen perioder står uten jobb. Da poengterer Informant A at en utfordring vil være å gjøre jobben selv og holde seg trent uten å få noe økonomisk igjen for det. Også informant F snakker om dette med å måtte vedlikeholde stemmen, selv når jobben er uregelmessig. Men han trekker ikke dette fram i forbindelse med det økonomiske aspektet.

4.3.3 Egne strategier for å ha en best mulig fungerende stemme

For at stemmen skal fungere slik man ønsker vil det være vesentlig å ha noen strategier for hvordan dette kan oppnås på best mulig måte. Som vi har sett gjennom hele oppgaven, vil forskjellige forhold og faktorer i yrket kunne gjøre det utfordrende for musikalartister å bruke og ta vare på stemmen på best mulig måte. Yrket krever derfor at individet vet hvordan han eller hun kan løse disse utfordringene. Om man ikke tar hensyn til ulike stemmeutfordringene vil de kunne ha en negativ innvirkning på stemmen. Derfor har jeg her sett på hva informantene ser på som vesentlig for at stemmen skal kunne fungere best mulig på tross av slike utfordringer.

Informant D mener det er viktig å være forberedt når man skal i gang med en krevende oppgave. Man må da forberede seg lang tid i forveien. Noe annet hun legger stor vekt på for at stemmen skal fungere, er at hun må klare å økonomisere.

Fordi det handler hele tiden om balansegang mellom hva jeg har lyst til å gjøre og jeg kan gjøre. Og det er jo sånn man er. (...) jeg har mye energi og føler vel at jeg ikke har gitt alt før jeg har gitt alt. Men det går ikke an å gi alt hele tida. For da holder du ikke i 60-70 + forestillinger. Så i arbeidsøyeblikket er jeg veldig bevisst det
(Informant D)

Også informant E nevner dette med økonomisering.

Informant F snakker om at det han gjør når han for eksempel er forkjølet og stemmen ikke fungerer så bra, er å finne andre måter å løse de stemmemessige utfordringene på. Dette gjør han for eksempel ved å oktavere, parlere (snakkesynge) eller legge ned sangen i en lavere toneart. Han sier han prøver å gjøre alt for at det skal fungere.

Informant A nevner at det er vesentlig hva man gjør i begynnelsen av en ny oppgave og at dette har betydning for stemmens fungering:

Når man har prøver (...) så prøver jeg aldri å presse meg i begynnelsen. (...) før man har lært ting ordentlig og sånn, så synger man bare i falsett og markerer litt, så ikke man liksom sliter seg helt ut med en gang. Og så bygger man seg sakte opp og når det virkelig gjelder så kan man kline til. (Informant A)

Dette kan ses i sammenheng med noe informant C tar opp i sitt intervju. Hun sier at om hun gjør noe feil stemmemessig et par ganger, så blir det vanskeligere å gjøre det riktig neste gang. Derfor mener hun det for eksempel kan være bedre å ikke synge den høye c'en tidlig på morgenen i prøveperioden, hvis hun da merker at det ikke går så bra den dagen. Det er bedre å øve på det når en orker.

Fire av informantene, informant A, B, D og E vektlegger viktigheten av å drikke masse vann. Informant D sier at vann må til for å smøre maskineriet og at man også under forestilling trenger dette. Hun sier at om man ikke kommer seg av scenen slik at man kan drikke, vil det være en mulighet å legge vann inn i regien på scenen. Informant E sier:

Jeg drikker mye vann når det først står på, når du har store ting du skal gjøre. For da merker du at du trenger vann, for du bruker mye muskulatur og det blir jo som å trene. (...) da blir det viktigere å drikke vann, enkelt og greit. (Informant E)

Informant D mener at etter krevende arbeidsoppgaver er det viktig for henne å kunne hvile stemmen. Også informant E sier at dette er gunstig, men han trekker fram dette i forbindelse med det å være sliten og ha vondt i stemmen. Han sier at å slappe av er viktig. Likevel sier han at det ikke alltid er like enkelt å få til. I perioder med få arbeidsoppgaver sier han at dette vil være mulig, men når han har mye å gjøre lar det seg ikke like lett gjøre. Dette er noe han setter opp mot det økonomiske aspektet ved å jobbe som musikalartist. Også informant F sier at han ikke gir seg selv tid til å hvile stemmen. Til forskjell fra informant D og E ser ikke informant C på hvile av stemmen som vesentlig for en godt fungerende stemme. Hun er av

den oppfatning at hvis alt er som det skal og man er bra trent, vil stemmen som regel fungere som den skal. Informant A på sin side ser på det at man kanskje ikke får nok hvile av stemmen og at man må gjøre mange forestillinger, som en risikofaktor for å utvikle problemer med stemmen.

Ellers nevner informant D at hun bruker det hun kaller ”klinikkøvelser”, øvelser hun har jobbet med sammen med logoped, når hun er sliten i stemmen. Hun sier hun bruker mest fonasjon i rør og mener det er til hjelp for å ha en godt fungerende stemme når hun har krevende oppgaver. Dette er en stemmeøvelse hvor man sender stemmelyden gjennom et rør ned i en flaske med ca 6-8 cm vann. Hun bruker dette både før og etter forestillingen. Informant A forteller litt om sitt forhold til fonasjon i rør:

Jeg er ikke sånn som bobler så mye. Det er veldig mange som bobler, har begynt å boble de siste årene. (Informant A)

Han sier at han ikke bruker fonasjon i rør fordi han sjelden blir ordentlig sliten i stemmen og derfor ikke føler behovet. Likevel er det noen ganger han sier han har vært sliten og har trengt å ”boble”.

Flere andre punkter ble vektlagt av informantene når det var snakk om hvordan de tar vare på stemmen sin. Både informant B og F sier at å trene og holde seg i god form har en positiv betydning for stemmen. Informant F mener at dette med å trene har en innvirkning på humøret som igjen har en innvirkning på stemmen. Det å være fysisk varm i kroppen når man skal bruke stemmen trekker informant E fram som vesentlig når stemmen ikke er helt på topp. I tillegg nevner han at meditering og behandling hos akupunktør er noe han benytter seg av og som er til hjelp. Informant B og D sier at det å generelt leve sunt og ta vare på seg selv er viktig. Både informant B og A legger vekt på at de prøver å unngå å bli syke. Dette gjør de ved å unngå å fryse og ta vitaminer. Informant B nevner også dette med at god stemmeteknikk er nødvendig for å ha en godt fungerende stemme. Informant C på sin side sier at fordi hun har veldig lite problemer med stemmen behøver, hun ikke gjøre så mye for å ta vare på den. Men også hun nevner at å jobbe med tekniske aspekter som støtte og ”twang” vil være til hjelp. Informant D mener at når hun konsentrerer seg om å synge teknisk riktig i en forestilling, sparer hun stemmen. Ellers sier alle informantene at de på forskjellige måte kunne tenke seg å videreutvikle det de har lært og det de kan.

Som vi har sett her legger informantene vekt på forskjellige aspekter når de snakker om hva

som vil være til hjelp, slik at stemmen fungerer bedre på tross av utfordringene og krav i yrket. Vi ser at noen trekker fram viktigheten av bevissthet rundt hvordan man bruker stemmen, i tillegg til vite hvilke løsninger som er best for deres stemme. Nevnt er blant annet økonomisering, partering, oktivering og bevissthet rundt riktig og mest hensiktsmessig bruk i prøveperioden. Dette går noe på det tekniske aspektet som Colton et al. (2006) nevner er viktig for å ha en sunn stemme. Altså å vite hvordan man best bruker stemmen sin og ikke presse den. I tillegg kan det ses i sammenheng med det Timmermans et al. (2005) tar opp i forbindelse med ivaretagelse av stemme. Dette med for eksempel også å ta i betraktning repertoar når man ser på hvordan man skal ta best mulig vare på stemmen. Er det et vanskelig repertoar, en krevende oppgave sangmessig, må man se på mulige måter å løse en slik krevende oppgave på. Dette er spesielt viktig når man skal gjøre dette i mange forestillinger etter hverandre. Det kan også være nødvendig å gjøre noen forandringer, slik som en av informantene nevner når han snakker om oktivering, partering og forandring av toneart.

Jeg vil også trekke fram to av de andre faktorene det ble snakket mye om i flere av intervjuene. Disse er viktigheten av å drikke nok vann og hvile av stemmen. Dette er to av faktorene som Sataloff (2005b) nevner når han tar for seg hva som er bra stemmehygiene. For å ha en godt fungerende stemme er det viktig å være bevisst og ta hensyn til blant annet disse faktorene. Vi ser at flere av informantene er bevisste på dette, men vi ser også at hvile av stemmen ikke alltid er en mulighet i dette yrket. Dette kan som det bli nevnt ha en innvirkning på stemmen og ses på som en risikofaktor for at man utvikler problemer med den. En av informantene har et ulikt syn på dette med viktigheten av å hvile stemmen. For henne er ikke det en nødvendighet. Dette kan henge sammen med at hun er opptatt av riktig teknikk. Det hun sier kan tolkes som at når man har riktig teknikk vil alt fungere bra. Det som her ble trukket fram av strategier hos informantene, viser at de er bevisste på hva de må gjøre for at stemmen skal fungere så godt som mulig. Men likevel er det ikke alltid like lett å gjøre det. I tillegg viser det at hver informant har sine egne strategier. Det er individuelt hva de mener er til hjelp for sin stemme

Stemmeoppvarming

Informantene i undersøkelsen har et noe ulikt syn på stemmeoppvarming. Informant A sier at å varme godt opp før en forestilling, er noe han gjør for å ta vare på stemmen sin. Men han sier at om han varmer opp, kommer an på hvor krevende oppgaven han skal gjøre er. Også

informant E sier at han varmer opp hvis oppgaven krever det, og hvis han har tid til det. Men han poengterer også at han ved å snakke hele dagen egentlig har fått stemmen godt i gang. Informant A sier videre han kan være litt dårlig til å varme opp på egenhånd, men når han er med i musikalene forteller han at det som regel er felles fysisk oppvarming og stemmeoppvarming. Denne felles oppvarmingen før forestilling er noe han ser på som bra tilrettelegging for riktig bruk av stemmen. Han forteller at det ikke er felles oppvarming til prøver, men mener at hvis man hadde lagt opp til det, ville det ha vært til hjelp. Også informant D nevner betydningen av felles oppvarming:

Der hadde vi obligatorisk fysisk oppvarming og vokaloppvarming før hver forestilling. (...) Jeg tror at det er helt sånn alfa og omega for å klare det løpet som den forestillingen var. (Informant D)

Hun sier at hun tror en felles oppvarming er spesielt gunstig for de som er ferske i bransjen. Informant B på sin side mener at dette med felles oppvarming før forestilling er dårlig tilrettelegging for rett bruk av stemmen.

De skal alltid ha sånn felles sangoppvarminger. Og det syns jeg er helt høyl i hue, for da hører du i hvert fall ikke hva du gjør. Og hvis du skal bli bevisst på å ha en god teknikk og en god plassering, og at støtten er med og sånn før forestilling, så burde du jo heller stå alene så du hører hva du holder på med. (Informant B)

Hun sier at hun varmer veldig lite opp, men hvis hun er syk eller hun ikke er i toppform, vurderer hun det. Men hun kan også velge å spare stemmen i disse tilfellene. Informant C mener at stemmeoppvarming ikke er nødvendig og sier at hun ikke trenger å varme opp. Likevel nevner hun, som informant B, at skal man varme opp, vil det være for å finne teknikken eller fordi det kanskje er til psykisk hjelp. Informant F sier han er dårlig på å varme opp.

Som vi ser mener noen av informantene at kropp- og stemmeoppvarming er positivt og viktig for at stemmen skal fungere optimalt, spesielt når man har krevende oppgaver. I denne sammenheng kan det nevnes at også flere studier viser at stemmeoppvarming, og også kropp- og stemmeoppvarming i kombinasjon, kan være positivt (Amir et al., 2005; Motel et al., 2003; McHenry et al., 2009). Først og fremst så man da at det var prestasjonen og stemmens fungering som på forskjellig måter ble bedre. Timmermans et al. (2005) trekker på sin side frem at oppvarming også gjør det lettere å unngå problemer med stemmen. Ut i fra dette kan

det sies at noen av informantenes syn på viktighet av oppvarming underbygges av forskning på feltet. Likevel mener blant annet Vilkmann (2004) at oppvarming ikke nødvendigvis har en positiv effekt. Han sier at selv om man går ut i fra at fonasjon blir lettere etter oppvarming, viser forskningsresultater at det kan gi en negativ effekt, økt anstrengelse i stemmeapparatet. Dette kan ses i sammenheng med Sadolin (2008) syn på oppvarming. Hun sier at når man bruker for mye krefter på oppvarmingen kan dette ha en negativ innvirkning på stemmen og prestasjonen. Noen av informantene er av samme oppfatning som Sadolin (2008). De mener stemmeoppvarming ikke er nødvendig.

Informantene i undersøkelsen har som vi ser ulike syn på hvilken betydning stemmeoppvarmingen har. Derfor er de også uenige om felles stemmeoppvarming i musikalproduksjonen vil være bra eller dårlig tilrettelegging for rett bruk av stemmen i yrket. Siden dette vil ses på som positivt for noen og negativt for andre, burde det kanskje i denne yrkessammenheng legges opp til en felles oppvarming, men at hver artist selv må velge om hun eller han vil være med på dette. Det bør kanskje ikke være et krav at alle deltar, men et tilbud for de som ser på dette som positivt for at stemmen skal fungere så bra som mulig.

4.3.4 Musikalens ansvarlige - kunnskap om stemmen og krav til den

Hvilken kunnskap de ansvarlige i musikalbransjen har om stemmen og hvilke krav de stiller til den, kan ha betydning for hvordan musikalartister bruker og tar vare på stemmen sin. Som nevnt tidligere mener både informant D og E at det kreves av musikalartisters stemmer at den takler og tåler alt. Flere av informantene nevner at ikke alle de ansvarlige i musikal har like mye kunnskap om stemme og om hvordan man bruker den. Informant A sier noe om de musikalske lederne i musikal:

Det er jo ofte bare pianister. De har jo ikke noe spesielt grunnlag for å gi deg en god sangoppvarming. For de har ikke noe peiling på stemme og stemmebruk. (...) de gir deg liksom klare, veldig sånn konkrete måter du skal gjøre ting på da, som du bare tenker at dette er jo helt feil (...), dette her ødelegger meg mer enn det hjelper meg. Men du får prøve å snike deg unna, men det ikke alltid at det er så lett. (Informant A)

Når det gjelder tilrettelegging, sier han videre at han merker at ledere som har vært utøvende selv er flinkere til å legge inn oppvarming. Også informant C sier at de ansvarlige ikke har så mye peiling på stemme. Derfor sier hun det er viktig å prøve å løse det på sin egen måte.

Informant E forteller at man kan bli pushet av musikalsk ansvarlig eller regissør i en retning som ikke er bra for ens egen stemme. Derfor mener han det er viktig å sette ned foten om man merker at dette skjer. Han sier at om man ikke gjør det, kan det være en risikofaktor for at stemmen etter hvert ikke vil fungere så bra. Som nevnt tidligere trekker både informant A, B og F fram dette med at det er mye opp til en selv. Man må si ifra, sette strek selv, passe på seg selv og selv vite hva man kan og ikke kan gjøre. Informant B, C, D og E svarte i intervjuene negativt på om det blir lagt til rette for å kunne bruke stemmen riktig i yrket. I denne forbindelse sier informant D:

Det blir regnet med at en bare skal fikse og tåle og mestre og klare. (Informant D)

Informant E og B nevner at det sjelden er talepedagoger og sangpedagoger med inn i produksjonene på teatrene. Sammen med informant D sier informant E at noen sangtimer kan bli dekket økonomisk av arbeidsgiver. I denne forbindelse sier informant E at det også brukes noe penger på vedlikehold av stemmen, som for eksempel massasje og akupunktur hvis dette trengs.

Som vi ser tar noen av informantene opp at den kunnskapen musikalsk ansvarlig, koreograf, regissører og andre ansvarlige i musikaler har om stemme og stemmebruk, kan ha betydning for deres stemme, stemmebruk og ivaretagelsen av stemmen. Også deres krav til den vil kunne ha betydning i denne sammenheng. Om de har lite kunnskap om stemmen og store krav til at man skal kunne gjøre alt, vil kanskje tilretteleggingen for rett bruk av stemme bli dårligere. Ut ifra det noen informanter sier, kan det diskuteres om man ved å ha ansvarlige som har mer kunnskap om stemmen kunne fått en bedre tilrettelegging for ønskelig bruk og ivaretagelse av stemmen. Det å involvere sangpedagoger og talepedagoger i en produksjon om man selv ikke har tilstrekkelig kunnskap, kunne det da bli sett på som et positiv tiltak for å legge bedre til rette for en godt fungerende stemme. Men her er det selvfølgelig også et økonomisk aspekt. Hvis man ikke ser på dette som en nødvendighet for at artisten skal kunne gjøre den stemmemessige jobben, er dette noe som lett kan nedprioriteres. Likevel kan det å involvere andre med ulik kompetanse på stemmefeltet kanskje ha en positiv innvikning på stemmens fungering. Som vi ser forteller et par av informantene at de får noe økonomisk støtte til individuelle sangtimer under en prøveperiode. Dette kan ses på som et tiltak for at stemmen til den enkelte skal fungere bedre. Om disse sangpedagogene også hadde vært involvert i produksjonen, kunne muligens flere enn de som har de største rollene hatt nytte av denne kompetansen.

4.4 Yrket og stemmevansker

Dersom stemmen ikke lenger stemmer, altså ikke fungerer slik som den skal eller pleier, kan det ha en betydning for hvordan artisten gjør jobben sin eller være en grunn til at han eller hun ikke kan gjøre jobben sin. Selv om vi alt har fått noe informasjon om dette, vil det være interessant å se litt nærmere på hvilken erfaring informantene har hatt med problemer med stemmen. Jeg vil også kort se på om de opplever at de yrkesmessige kravene vi har tatt for oss i denne studien har en betydning for de problemene de selv har hatt med stemmen, og også om de generelt tenker at det kan ha betydning for stemmens fungering.

4.4.1 Erfaringer med stemmevansker

Hver av informantene snakket litt om hva de har opplevd av problemer med stemmen. To av informantene forteller om at de tidligere har fått en diagnose innenfor kategorien funksjonelle stemmevansker. Både informant D og F har hatt stemmebåndsknuter. Informant D kunne fortelle at dette var da hun var ganske ung. Begge nevner også at de har hatt andre problemer med stemmen. I denne forbindelse nevner informant F virus på stemmebåndene. Informant D forteller litt om stemmen sin når hun ved en senere anledning hadde problemer med stemmen. Da var det snakk om at hun kanskje kunne ha cyste på stemmebåndene:

Det var heshet, en følelse av, jeg kaller det: stemmen er tjukk, akkurat som du har to dyner nedi halsen (...) den er luftig og da mistet jeg også veldig mye av registeret mitt, jeg mista nesten en oktav (...) og også det å miste kontroll på den altså. Finmekanikken forsvant. (Informant D)

Ellers har ingen av de andre blitt diagnostisert med stemmevansker. Men alle forteller litt om hvilke erfaringer de har hatt med problemer med stemmen. Informant C sier hun har hatt lite problemer med stemmen. Når stemmen ikke har fungert som den skal, har det gjerne vært på grunn av sykdom og at man er sliten. Noen ganger kan hun også presse den slik at hun blir hes. Sykdom trekker også informant B fram som en vanlig grunn til hennes stemmeproblemer. Hun forteller at når hun er syk og må synge merker hun at hun ikke har helt kontroll på stemmen, i tillegg nevner hun også at hun da blir hes.

Informant E sier han har hatt lite stress med stemmen, mens informant A sier han sjelden blir sliten i stemmen og aldri har opplevd noe langvarige problemer. For informant E setter

forkjølelser seg aldri på stemmen. Men både informant A og E nevner at de kan bli slitne i stemmen. Begge disse informantene sier at hvis de merker forandringer i stemmen og at den ikke fungerer som den normalt gjør, blir de redde.

Både informant A og C forteller at de har allergi som kan ha betydning for hvordan stemmen fungerer på våren og sommeren. Informant A sier han ikke er så mye plaget av dette, mens informant C sier at det påvirker kontrollen av stemmen og mest den klassiske teknikken. Hun sier hun da også får problemer med å twange.

Som vi ser her er det forskjell på hvilken grad av problemer informantene i denne undersøkelsen har hatt med stemmen. De fleste sier at de ikke har opplevd så mye av det. Likevel kommer de med en del eksempler på at ikke alltid har fungert optimalt. Dette er gjerne i forbindelse med sykdom eller mye bruk av den. I denne undersøkelsen ser det ut til at det er de med lengst profesjonell yrkeserfaring som har hatt mest problemer med stemmen. Man kan stille et spørsmål ved om dette er tilfeldig eller om det er stor sannsynlighet for at man i løpet av lengre karriere kan oppleve slike vansker. To av informantene med lang yrkeserfaring har hatt stemmebåndsknuter, noe Lindestad og Södersten (2008) kaller funksjonelt organiske stemmevansker. Årsaken til denne vansken sier de kan antydes å være intensiv stemmebruk og dårlig stemmeteknikk. Dette vil ikke si at de informantene som har hatt denne diagnosen, nødvendigvis har dårlig stemmeteknikk, men som nevnt i mange tilfeller må musikalartister bruke stemmen på en måte som kanskje ikke er bra for den.

4.4.2 Tanker om forholdet mellom krav i yrket og stemmevansker

Alle informantene har tanker om at det er en sammenheng mellom de yrkesmessige kravene og stemmeproblemene eller stemmevanskene de har hatt. Tidligere ble det nevnt at informant D mener økonomisering av stemmen er viktig når man er musikalartist. Hun sier at hvis man blant annet bommer på denne økonomiseringen, kan det føre til problemer med stemmen. Når hun er i rolle og lar følelsene ta overhånd, sier hun at hun noen ganger kan merke at hun får vondt i stemmen. Likevel sier hun også at det er andre forhold enn selve yrket som kan gjøre det vanskelig å ha en godt fungerende stemme. Det informant E sier i denne sammenheng kan også relateres til økonomisering. Han sier at om han gir for mye stemmemessig stivner muskulaturen, han presser og han merker at han kan få problemer med stemmen. Informant F mener at det stort sett er aspekter ved yrket som har forårsaket at han har fått stemmevansker.

Informant A sier at sannsynligheten for at man utvikler problemer med stemme kan være avhengig av hvilken jobb man har:

Det kommer litt an på hva slags produksjoner da. Jeg har vel ikke vært ute for noen produksjoner jeg selv personlig, hvor jeg tror at jobben og alt sånn vil gi meg stemmeproblemer. Men jeg tror de finnes. De jobbene finnes nok sikkert. Så da gjelder det å klare å takle det når du havner oppi det. Og klare å kontrollere selv, bestemme selv da når nok er nok. (Informant A)

Ut i fra de resultatene som det er vist til tidligere i oppgaven og det som nevnes her, ser man at det er flere faktorer som disse informantene mener kan ha betydning for om man utvikler problemer med stemmen. Musikalartistene nevner også noen andre risikofaktorer de mener kan påvirke stemmen negativt. Informant A trekker fram dårlig oppvarming og informant B og C nevner dårlige sangpedagoger som mulige risikofaktorer.

Det er vist at de fleste informantene i denne undersøkelsen mener det er forhold i yrkessammenheng som vil kunne være medvirkende faktorer til at de kan få problemer med stemmen. Dejonckere (2001) mener stemmevansker hos profesjonelle stemmebrukere og da også denne yrkesgruppen, først og fremst er forårsaket av forhold i yrket. Han mener det derfor bør bli sett på som en yrkesskade om man skulle få problemer med stemmen. Siden forhold og krav i yrke kan ses i så klar sammenheng med vanskene som i noen tilfeller oppstår, kan det diskutere hvorfor ikke slike vansker i større grad ses på som yrkesrelaterte i flere land. Heller ikke i Norge blir stemmevansker hos profesjonelle stemmebrukere sett på som en yrkesskade. Dejonckere (2001) mener det hos profesjonelle stemmebrukere bør legges til rette for både særskilt forebygging og behandling. Ved å ha bedre innsikt i musikalartisters arbeidssituasjon kan det kanskje bli lettere å legge til rette for tiltak som bør gjøres.

Forebygging og behandling av stemmevanskene vil da bli mer tilrettelagt ut i fra deres situasjon. Men informantene i denne undersøkelsen har individuelt synspunkter på hva de ser på som krav, faktorer og forhold i yrket som er medvirkende til at de kan oppleve problemer med stemmen. Derfor vil det beste være å ta utgangspunkt i den enkeltes situasjon når man avgjør hvordan man skal hjelpe personen på best mulig måte.

4.5 Oppsummering og konklusjon

I dette kapitlet har vi sett at det er mange forhold og faktorer i yrket, som kan gjøre det vanskelig for musikalartister å ha en optimalt fungerende stemme. Selv om det finnes mange stemmeutfordringer i yrket, er det individuelle forskjeller blant informantene i hvilken grad de mener disse virker inn på stemmen. Også hvilke yrkesmessige krav de mener har betydning for deres stemme, varierer fra informant til informant. Likevel ser vi at det er noen krav flere av informantene er enige om at kan ha en innvirkning på stemmen.

Det at man ikke alltid kan bruke stemmen slik som man burde gjøre, er noe som i følge de fleste informantene kan virke inn på stemmens fungering. De trekker fram at det i yrket er et krav om å ha en allsidig stemme. Man skal kunne bruke den på alle mulige måter og til alt. Det kan føre til at man ikke bruker stemmen teknisk riktig, eller bruker den på en måte man ikke behersker. I tillegg vil det noen ganger være vanskelig å la være å bruke stemmen på den måten man selv, eller de andre involverte i produksjonen ønsker. Alt dette sier noen av informantene at kan ha negative konsekvenser for stemmens fungering. Ikke alle informantene mener at dette kravet om allsidighet fører til at man må bruke stemmen på en feil måte. De mener at all bruk av stemmen er mulig å gjøre på en sunn måte dersom man har riktig teknikk.

Den store belastning som yrket legger på stemmen, med krevende jobber og stor arbeidsmengde i lengre perioder, kan i følge noen av informantene også gjøre det utfordrende å ha en godt fungerende stemme. De må bruke stemmen uansett, selv om de er syke eller på andre måter ikke burde ha brukt den. Vi har sett at det av ulike grunner kan være vanskelig ikke å bruke stemmen selv om man burde la være. Informanten sier at det kan ha en negativ innvirkning på stemmen og føre til at de får problemer med den.

Hvordan hver enkelt informant takler disse yrkesmessige kravene og stemmeutfordringene har vi også sett at er individuelt. De har egne strategier for hvordan de kommer seg igjennom perioder med dårlig stemme og hvordan de prøver å unngå problemer med den. Noen av informantene i denne undersøkelsen har hatt en del problemer med stemmen, mens andre ikke har hatt det. Ut i fra resultatene i denne studien ser vi at det er informantene med lengst yrkeserfaring som har opplevd mest stemmevansker. Man kan stille et spørsmål ved om lengden på den profesjonelle karrieren er av betydning i denne sammenheng, eller bare en tilfeldighet. Likevel viser denne undersøkelsen at alle informantene er enige om at det er ulike

faktorer og forhold i yrket som kan være risikofaktorer for utvikling av stemmevansker. Det kan være logisk at man i et yrke med mange risikofaktorer, vil kunne oppleve større eller mindre problemer med stemmen i løpet av karrieren. Derfor vil kanskje sannsynligheten for at man har opplevd stemmevansker øke med lengde og mengde yrkeserfaring.

Jeg har et logopedisk perspektiv når jeg ser på dette med de yrkesmessige kravenes innvirkning på stemmen. Derfor har jeg først og fremst sett på om ulike forhold og faktorer i yrket kan føre til at de utvikler problemer med stemmen. Selv om resultatene viser at de kan medvirke til dette, er det ikke alltid det som er informantenes hovedfokus når de snakker om innvirkningen de har på stemmen. De legger først og fremst vekt på at disse stemmeutfordringene kan føre til at prestasjonen blir dårligere. Det at stemmen fungerer dårlig og at det kan virke inn på prestasjonen, kan også være negativt for artistenes yrkeskarriere. Det kan da føre til at de ikke får gjøre den jobben de ønsker. Men det å bedre prestasjonen vil være mer en oppgave for en sangpedagog eller talepedagog, mens logopeden konsentrerer seg om å forebygge og behandle stemmeproblemene. Ved å ha et tettere samarbeid mellom de ulike profesjonene som kan være involvert i denne sammenheng, vil det kanskje legges bedre til rette for en best mulig fungerende stemme for musikalartistene.

Ikke alle informantene mener at yrkesmessige krav har en stor innvirkning på deres stemme. I tillegg var det også individuelt hvilke av de yrkesmessige kravene de ulike informantene vektla og mente at hadde en betydning for stemmen. Likevel mener jeg at det vil være nyttig å ta slike yrkesmessige krav og stemmeutfordringer med i betraktning, om man som logoped skal jobbe med musikalartister. For å kunne legge best mulig til rette for individer i denne yrkesgruppen, vil det være nødvendig også å se på hvordan de i yrket må bruke stemmen. Kanskje vil forandringer og tilrettelegging i yrkessituasjonen være til hjelp for at deres stemme skal fungere best mulig. En god innfallsvinkel kan derfor være å utforske også deres yrkessituasjon når man tar utgangspunkt i individet, musikalartisten, som søker hjelp.

5 Avslutning

Det at stemmen alltid må stemme vil være et yrkesmessig krav til musikalartister. Jeg har i denne oppgaven sett på hvordan ulike aspekter ved dette kravet virker inn på stemmen. På tittelbladet i denne oppgaven presenterte jeg et utdrag fra en sang som handler om at det er vanskelig å skape kunst. En av informantene mine nevner i sitt intervju at musikal kan ses på som en kunstform. Jeg følte derfor at dette sangsitatet var relevant og at det også kunne relateres til det stemmemessige arbeidet og stemmeutfordringer som musikalartister står overfor. Det er ikke en enkel oppgave å bruke stemmen i en musikal. Derfor må man tenke nøye igjennom hvordan man skal løse en slik oppgave og de utfordringer som kan oppstå. Det er viktig å holde seg innenfor det stemmen takler og tåler. Man må ikke la det emosjonelle ta overhånd, ikke presse stemmen utover det som er bra for den og man må økonomisere for å kunne prestere over en lengre periode. Samtidig må man klare å prestere slik man ønsker stemmemessig og formidle det man ønsker tekst- og rollemessig.

Som vi ser her, og i oppgaven generelt, er det mye å ta hensyn til som musikalartist for at stemmen skal fungere på sitt beste. Dersom man ikke er bevisst på disse utfordringene og hvordan man løser dem, tenker jeg at man lettere kan utvikle problemer med stemmen. Derfor håper jeg med denne oppgaven å gjøre både logopeder og musikalartister mer bevisste på hvilke krav som kan virke negativt inn på stemmen. Jeg tenker at bevissthet rundt dette vil være positivt i arbeidet med å forebygge og behandle stemmevansker. Det er viktig å huske at hva som kan være utfordringer for den enkelte musikalartist, er individuelt. Ikke alle ser like mange utfordringer i yrket for at stemmen skal fungere bra. I denne undersøkelsen kom det fram at ikke alle har opplevd like mye problemer med stemmen. Likevel ser vi at det kan være noen utfordringer i yrket det i noen tilfeller vil være positivt å ta kunne hensyn til.

Veien videre

Når jeg i denne studien intervjuet musikalartister om yrkesmessige krav og den innvirkning de har på stemme, så jeg også andre problemstillinger relatert til denne yrkesgruppen det kunne være interessant å gå dypere inn i. Som nevnt i innledningen viser forskning at det kan være vanskelig for artister å ta kontakt med logoped selv om de trenger hjelp (Gilman et al., 2009). Også en av mine informanter sier at han aldri har oppsøkt logoped, selv om han har hatt problemer med stemmen og fått henvisning fra lege om at han trenger logopedhjelp. En

av de andre informantene var også skeptisk til å oppsøke hjelp fra en logoped. Dette fordi hun hadde varierende erfaringer med den hjelpen hun tidligere hadde fått i perioder med stemmeproblemer. Noen erfaringer var negative. Andre igjen var fornøyd med logopedhjelpen de hadde fått, mens noen aldri har hatt så store stemmeproblemer at de har måttet søke hjelp. Det kunne vært interessant å se på hvorfor noen ikke ønsker å kontakte logoped, mens andre er positive til en slik hjelp. Jeg tenker at det kan være ulike årsaker til dette. En problemstilling rundt et slikt tema ville det kanskje vært mulig å se nærmere på. Da vil man antagelig få en større forståelse for hvordan man best kan legge opp til at de som trenger hjelp på grunn av stemmevansker, får denne hjelpen. Og at den hjelpen de får er noe de føler de har nytte av.

Litteraturliste

- Amir, O., Amir, N., & Michaeli, O. (2005). Evaluating the Influence of Warmup on Singing Voice Quality Using Acoustic Measures. *Journal of Voice*, 19(2), 252-260.
- Berry, C. (2000). *Voice and the actor*. London: Virgin Books
- Braun-Janzen, C., & Zeine, L. (2009). Singers' Interest and Knowledge Levels of Vocal Function and Dysfunction: Survey Findings. *Journal of Voice*, 23(4), 470-483.
- Broaddus-Lawrence, P. L., Treole, K., McCabe, R. B., Allen, R. L., & Toppin, L. (2000). The effects of preventive vocal hygiene education on the vocal hygiene habits and perceptual vocal characteristics of training singers. *Journal of Voice*, 14(1), 58-71.
- Chan, R. W. K. (1994). Does the voice improve with vocal hygiene education? A study of some instrumental voice measures in a group of kindergarten teachers. *Journal of Voice*, 8(3), 279-291.
- Cleveland, T. F. (1994). A clearer view of singing voice production: 25 years of progress. *Journal of Voice*, 8(1), 18-23.
- Colton, R. H., Casper, J. K., & Leonard, R. (2006). *Understanding voice problems: a physiological perspective for diagnosis and treatment*. Baltimore, Md.: Lippincott Williams & Wilkins.
- Dalen, M. (2004). *Intervju som forskningsmetode: en kvalitativ tilnærming*. Oslo: Universitetsforlaget
- Davies, D. G., & Jahn, A. F. (2004). *Care of the professional voice: a guide to voice management for singers, actors and professional voice users*. New York: Routledge.
- Deer, J., & Vera, R. D. (2008). *Acting in Musical Theatre - A comprehensive course*. New York: Routledge.

- Dejonckere, P. H. (Ed.). (2001). *Occupational voice: care and cure*. Haag: Kugler publications.
- Eken, S. (1998). *Den menneskelige stemme: psyke, soma, funktion, formidling*. København: Hans Reitzel.
- Estill, J. (1988). Belting and Classical Voice Quality: Some Physiological Differences. *Medical Problems of Performing Artists*, 3(1), 37-43.
- Fletcher, H. M., Drinnan, M. J., & Carding, P. N. (2007). Voice Care Knowledge Among Clinicians and People With Healthy Voices or Dysphonia. *Journal of Voice*, 21(1), 80-91.
- Fritzell, B. (1996). Voice disorders and occupations. *Logopedics Phoniatrics Vocology*, 21(1), 7-12.
- Gall, M. D., Gall, J. P., & Borg, W. R. (2007). *Educational research: an introduction*. Boston: Pearson International, inc.
- Gilman, M., Merati, A. L., Klein, A. M., Hapner, E. R., & Johns, M. M. (2009). Performer's Attitudes Toward Seeking Health Care for Voice Issues: Understanding the Barriers. *Journal of Voice*, 23(2), 225-228.
- Hanayama, E. M., Camargo, Z. A., Tsuji, D. H., & Rebelo Pinho, S. M. (2009). Metallic Voice: Physiological and Acoustic Features. *Journal of Voice*, 23(1), 62-70. doi: DOI: 10.1016/j.jvoice.2006.12.006
- Hansen, L. (1989). *En undersøkelse av skuespilleres stemmer*. Oslo: Bredtvet senter for logopedi.
- Hertegård, S. (2008). Röstproblem hos professionella artister. In L. Hartelius (ed.), U. Nettelbladt (ed.) & B. Hammarberg (ed.), *Logopedi*. Lund: Studentlitteratur AB

- Ingram, D. B., & Lehman, J. J. (2000). Management of high-risk performers in clinical practice. *Current Opinion in Otolaryngology & Head and Neck Surgery*, 8(3), 143-152.
- Iwarsson, J., & Sundberg, J. (1998). Effects of lung volume on vertical larynx position during phonation. *Journal of Voice*, 12(2), 159-165.
- Kayes, G. (2004). *Singing and the actor*. London: A & C Black ; Routledge/Theatre Arts Books.
- Kitch, J. A., & Oates, J. (1994). The perceptual features of vocal fatigue as self-reported by a group of actors and singers. *Journal of Voice*, 8(3), 207-214.
- Klimek, M. M., Obert, K., & Steinhauer, K. (2005a). *Estill Voice Training System - Level One, Compulsory Figures for Voice Control - Workbook*. Pittsburgh: Estill Voice Training System International, Think Voice International.
- Klimek, M. M., Obert, K., & Steinhauer, K. (2005b). *Estill Voice Training System - Level Two, Figure Combination for Six Voice Qualities- Workbook*. Pittsburgh: Estill Voice Training System International, Think Voice International.
- Kmucha, S. T., Yanagisawa, E. & Estill, J. (1990). Endolaryngeal changes during high-intensity phonation videolaryngoscopic observations. *Journal of Voice*, 4(4), 346-354.
- Kvale, S., & Brinkmann, S. (2009). *Det kvalitative forskningsintervju*. Oslo: Gyldendal akademisk.
- Lindestad, P-Å., & Södersten, M. (2008). Funktionella och funktionellt organiska röststörningar. In L.Hartelius (ed.), U. Nettelbladt (ed.) & B. Hammarberg (ed.), *Logopedi*. Lund: Studentlitteratur AB
- Lund, T. (2002). *Innføring i forskningsmetodologi*. Oslo: Unipub.

- Maxwell, J.A. (1992). Understanding and Validity in Qualitative Research. Harvard Educational Review, 32 (3), 279-300.
- McHenry, M., Johnson, J., & Foshea, B. (2009). The Effect of Specific Versus Combined Warm-up Strategies on the Voice. *Journal of Voice*, 23(5), 572-576.
- Melton, J. (2007). *Singing in Musical Theatre - The training of singers and actors*. New York: Allworth Press.
- Milbrath, R. L., & Solomon, N. P. (2003). Do vocal warm-up exercises alleviate vocal fatigue? (Speech). [Article]. *Journal of Speech, Language, and Hearing Research*, 46(2), 422.
- Miller, M. K., & Verdolini, K. (1995). Frequency and risk factors for voice problems in teachers of singing and control subjects. *Journal of Voice*, 9(4), 348-362.
- Moore, T., & Bergman, A. (2008). *Acting the Song: Performance Skills for the Musical Theatre* New York: Allworth press.
- Motel, T., Fisher, K. V., & Leydon, C. (2003). Vocal Warm-up Increases Phonation Threshold Pressure in Soprano Singers at High Pitch. *Journal of Voice*, 17(2), 160-167.
- Moustakas, C. (1994). *Phenomenological Research Methods*. California: Sage Production.
- Murry, T., & Rosen, C. A. (2000). Vocal education for the professional voice user and singer. *Otolaryngologic Clinics of North America*, 33(5), 967-981.
- NESH. (2006). *Forskningsetiske retningslinjer for samfunnsvitenskap, jus og humaniora*. Oslo: Den nasjonale forskningsetiske komité for samfunnsfag og humaniora.

- Novak, A., Dlouha, O., Capkova, B., & Vohradnik, M. (1991). Voice Fatigue after Theater Performance in Actors. *Folia Phoniatrica et Logopaedica*, 43(2), 74-78.
- Phyland, D. J., Oates, J., & Greenwood, K. M. (1999). Self-reported voice problems among three groups of professional singers. *Journal of Voice*, 13(4), 602-611.
- Pinksterboer, H. (2008). *Tipbook vocals : The singing voice- The Complite guide*. Milwaukee: Hal Leonard books.
- Postholm, M. B. (2010). *Kvalitativ metode: en innføring med fokus på fenomenologi, etnografi og kasusstudier*. Oslo: Universitetsforl.
- Rodenburg, P. (1998). *The actor speaks- Voice and the performer*. London: Methuen Drama.
- Rosen, C. A., & Murry, T. (2000). Voice Handicap Index in singers. *Journal of Voice*, 14(3), 370-377.
- Rørbech, L. (1999). *Stemmebrugslære*. København: C.A. Reitzel Forlag A/S.
- Sadolin, C. (2008). *Complete vocal technique*. København: CVI Publications.
- Sataloff, R. T. (2005a). *Clinical assessment of voice*. San Diego: Plural publishing.
- Sataloff, R. T. (2005b). *Treatment of voice disorders*. San Diego: Plural publ. inc.
- Schutte, H. K., & Miller, D. G. (1993). Belting and pop, nonclassical approaches to the female middle voice: Some preliminary considerations. *Journal of Voice*, 7(2), 142-150.
- Sundberg, J., Gramming, P., & Lovetri, J. (1993). Comparisons of pharynx, source, formant, and pressure characteristics in operatic and musical theatre singing. *Journal of Voice*, 7(4), 301-310.

- Sundberg, J., & Thalén, M. (2009). What is "Twang"? *Journal of Voice, In Press, Corrected Proof*.
- Timmermans, B., Vanderwegen, J., & De Bodt, M. S. (2005). Outcome of vocal hygiene in singers. *Curr Opin Otolaryngol head neck surg*, 2005(13), 138-142.
- Titze, I. R., Lemke, J., & Montequin, D. (1997). Populations in the U.S. workforce who rely on voice as a primary tool of trade: a preliminary report. *Journal of Voice*, 11(3), 254-259.
- Turner, J. C. (2000). *Voice and speech in the theatre*. London: A&C Black.
- Vilkman, E. (2000). Voice Problems at Work: A Challenge for Occupational Safety and Health Arrangement. *Folia Phoniatrica et Logopaedica*, 52(1-3), 120-125.
- Vilkman, E. (2004). Occupational Safety and Health Aspects of Voice and Speech Professions. *Folia Phoniatrica et Logopaedica*, 56(4), 220-253.
- Vilkman, E., & Rantala, L. (1999). Rösten som arbetsredskap. In J. Sundberg (Ed.), *Rösten i vårt samhälle: föredrag vid internationellt symposium arrangerat av Röstforskningscentrum KTH den 8 maj* (pp. 19-26). Stockholm: Röstforskningscentrum KTH.
- Welham, N. V., & MacLagan, M. A. (2004). Vocal fatigue in young trained singers across a solo performance: a preliminary study. *Logopedics Phoniatrics Vocology*, 29(1), 3 - 12.
- Wellens, W. A. R., & Opstal, M. J. M. C. v. (2001). Performance stress in professional voice users. In P. H. Dejonckere (Ed.), *Occupational voice: care and cure* (pp. 81-97). Haag: Kugler Publications.
- Williams, N. R. (2003). Occupational groups at risk of voice disorders: a review of the literature. *Occup Med (Lond)*, 53(7), 456-460.

- Yanagisawa, E., Estill, J., Kmucha, S. T., & Leder, S. B. (1989). The contribution of aryepiglottic constriction to "ringing" voice quality--A videolaryngoscopic study with acoustic analysis. *Journal of Voice*, 3(4), 342-350.
- Yiu, E. M. L., & Chan, R. M. M. (2003). Effect of Hydration and Vocal Rest on the Vocal Fatigue in Amateur Karaoke Singers. *Journal of Voice*, 17(2), 216-227.
- Zeine, L., & Waltar, K. L. (2002). The Voice and Its Care: Survey Findings From Actors' Perspectives. *Journal of Voice*, 16(2), 229-243.

Vedlegg 1: Informasjonsskriv

01.02.10

Til den det måtte vedkomme

Informasjon vedrørende masteroppgaveprosjekt

Jeg er masterstudent i logopedi ved Universitetet i Oslo. I den forbindelse søker jeg informanter til mitt masteroppgaveprosjekt som omhandler musikalartisters yrkesmessige krav, og innvirkningen disse kravene har på stemme, stemmebruk og stemmepleie. Musikalartister er avhengig av stemmen i sitt yrke, og jeg ønsker å få en dypere innsikt i hvilke faktorer og forhold i deres yrkesliv som kan ha en innvirkning på hvordan stemmen fungerer. For logopeder vil dette være en nyttig kunnskap å ha i arbeid med profesjonelle stemmebrukere. Prosjektets problemstilling er:

Hvordan opplever musikalartister at yrkesmessige krav virker inn på stemme, stemmebruk og stemmepleie?

For å kunne svare på problemstillingen ønsker jeg å intervju 4-6 musikalartister om hvilke erfaringer de har rundt temaet yrkesmessige krav og stemme. Hvert intervju vil ta ca en time og intervjuet vil bli tatt opp på minidisk. Vi kan sammen bli enig om hvilken tid og hvilket sted som passer best. Jeg håper å få gjort intervjuene i slutten av februar, om dette passer for deg.

Å delta i prosjektet er frivillig, og du kan når som helst trekke deg fra å delta uten nærmere begrunnelse. Opplysningene som samles inn behandles konfidensielt og alle opplysningene vil bli anonymisert. Etter endt prosjekt vil opptaket av intervjuet slettes.

Dersom du ønsker ytterligere informasjon om prosjektet kan jeg kontaktes på telefon: XX XX XX XX eller e-post XXXXXXXX@XXXXX.XX.XXX.XX. Min veileder i forbindelse med dette prosjektet er Pål Ericson, logoped ved stemmeteamet på Bredtvet Kompetansesenter.

Studien er meldt til Personvernombudet for forskning, Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste A/S.

Jeg håper det kunne vært interessant for deg å delta i prosjektet. Dersom du ønsker å være med, vil det være fint om du skriver under på den vedlagte samtykkeerklæringen og returnerer den til meg. På forhånd takk!

Med vennlig hilsen

Christine Nilsen

XXXXXXXXXXXXXX XX

XXXX Oslo

Jeg har mottatt skriftlig og muntlig informasjon og er villig til å delta i studien

Dato:

Signatur:

Vedlegg 2: Intervjuguide

Problemstilling: Hvordan opplever musikalartister at yrkesmessige krav virker inn på stemme, stemmebruk og stemmepleie?

Innledningsspørsmål:

- 1) Hvor har du din utdanning fra?
- 2) Hvor lenge har du arbeidet som musikalartist?
- 3) Hvordan vil du definere deg selv som musikalartist? (Primært sanger, skuespiller eller danser, skuespiller/sanger, danser/sanger, danser/skuespiller, sanger/skuespiller/danser)
- 4) Hvordan er din arbeidsmengde? (fra produksjon til produksjon, kortere eller lengre ”stille” perioder)
- 5) Har du erfaring som sanger/skuespiller/danser fra andre områder enn musikalproduksjoner?

Forskningsspørsmål 1: Hvilken erfaring har musikalartister med stemmebruk og stemmepleie?

- 1) Hvilken utdanning har du i sang og stemmebruk? Utdype litt nærmere. Hvordan syns du den var? Tilstrekkelig eller lære mer om det?
- 2) Hvilke tanker har du om den kunnskapen du har tilegnet deg om stemmebruk og bruken av den i arbeidslivet? Enkel/vanskelig oppgave? Hva er dine sterke/svake sider? Beskriv.
- 3) Hvordan arbeider du med stemmebruk i din yrkeshverdag? Kan du fortelle litt om du har spesielle rutiner før, (under) og etter forestillinger?
- 4) Hvordan tar du vare på stemmen din? Føler du at du har tilstrekkelig kunnskap om hvordan du tar vare på stemmen (stemmehygiene og stemmepleie)? Hva vet du om dette og hva bruker du? Hvordan bruker du stemmen utenom forestilling?

Forskningsspørsmål 2: Hvilke yrkesmessige krav stilles til musikalartisters stemme?

- 1) Kan du fortelle litt om hvilke krav du mener det stilles til stemmen din i yrket ditt?
Spesielle yrkesmessige krav til stemmen?
- 2) Hvordan ser du på det å måtte synge, spille skuespill og danse i samme oppsetning? Er det å skulle gjøre to eller tre av komponentene samtidig noe som påvirker hvordan du bruker stemmen?
 1. Hvilke tanker har du om stemmebruk i de tre forskjellige disiplinene? Bruker du stemmen og pust på samme måte når du synger, spiller skuespill og danser? (utdype ja eller nei).
 2. Forskjeller på hvordan du bruker stemmen i tale og sang?
 3. Er det spesielle krav til stemmen din i arbeid som sanger? Repertoar, sangteknikk
 4. Er det spesielle krav til stemmen din i arbeidet som skuespiller? Rolletolkning
 5. Er det spesielle fysiske krav til deg som danser som virker inn på stemmen? Pust)
- 3) Er du freelance artist? Hvis ja, ser du noen ekstra utfordringer for deg, som du tenker virker inn på stemmen, stemmebruk og stemmepleie i denne sammenheng?
- 4) Hvordan opplever du at faktorer som for eksempel prestasjonspress, auditioner, stress, lite hvile av stemmen, uregelmessig jobbing og seine kvelder påvirker stemmen (hvis dette er noe du kjenner deg igjen fra din arbeidshverdag)?
- 5) Er det andre faktorer som du ser på som spesielle yrkesmessige krav til musikalartister, som påvirker stemmen, stemmebruk og stemmepleie? I så fall hvilke?
- 6) Hvilke yrkesmessige krav utmerker seg for deg som det mest fremtredende for musikalartister?

Forskningsspørsmål 3: Hvilke stemmeutfordringer oppleves å være risikofaktorer for utvikling av stemmevansker i denne yrkessammenheng?

For profesjonelle stemmebrukere, slik som musikalartister, er det ulike komponenter som blir sett på som risikofaktorer i forhold til det å utvikle stemmevansker (Sataloff, 2005a; Vilkman, 2004)

- 1) Hva er det du tenker kan være risikofaktorer i ditt yrke, som kan føre til problemer med stemmen?
- 2) Har du erfaring med noen av disse faktorene? Hvordan virker de inn på din stemme?

-bruk av stemmen på en feil eller uhensiktsmessig måte for eksempel i rolletolkning?

Stemmetekniske ferdigheter?

-Synge og bruke stemmen når holdning, spenninger og stillinger gjør det vanskelig å bruke stemmeapparatet slik du ønsker?

-forestillingslokale og akustikk?

- mange forestillinger og mye bruke av stemmen?

- luftkvalitet, røyk på scenen og bakgrunnsstøy?

- jobbe på utendørsscener?

-mye reising?

-stress, press og emosjoner?

-spesielle kostymer og sminke?

-forhold ved din helsetilstand? (astma, allergier, røyking osv.)

Forskningsspørsmål 4: Hvordan ser musikalartister på forholdet mellom yrkesmessige krav og utvikling av stemmevansker?

- 1) Har du opplevd å være sliten eller å ha vondt i stemmen? Forkjølelse, halsbetennelse, miste stemmen? Hvilke stemmesymptomer? I så fall: Hvor ofte?
- 2) Har du erfaring med stemmevansker? (stemmetretthet, stemmebåndsknuter) I så fall ser du på noen av de yrkesmessige kravene som medvirkende faktor til at du utviklet stemmevansker? Om du ikke har hatt problemer med stemmen, hvilke tanker har du rundt sammenheng mellom de yrkesmessige kravene og utvikling av stemmevansker?
- 3) På hvilken måte er du bevisst på stemmevansker og hvordan du kan forebygge stemmevansker? Hvilke tanker har du rundt betydningen god stemmebruk og stemmepleie har for å unngå stemmevansker?
- 4) Er det bestemte yrkesmessige forhold og faktorer som gjør det utfordrende for deg å ha en godt fungerende stemme? I så fall hvilke?

Forskningsspørsmål 5: Hvordan takler musikalartister de yrkesmessige stemmeutfordringene?

- 1) Hvilke strategier og har du for å komme deg igjennom perioder hvor du er sliten, har vondt i stemmen, forkjølet o.s.v.? Tid til å hvile stemmen?

- 2) Legges det til rette for at du kan bruke stemmen riktig i din yrkeshverdag? Ja/nei
Utdyp dette, på hvilken måte? Hva er viktig for deg for å kunne fungere i et yrke med så store stemmemessige krav? Hvordan skulle du ønske det var? Hva ville du gjort annerledes?
- 3) Hvordan ser du på det å jobbe med stemmeforsterker som mygger og mikrofon?
- 4) Hvilke tanker har du om videre kurs om stemme/ stemmebruk og videreutvikling av det du har lært? Nødvendig /ikke et behov?
- 5) Hvilken betydning har sangpedagoger og logopeder for deg? Til hjelp, ikke et behov?

Vedlegg 3: Tilråding av behandling av personopplysninger fra NSD

Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS
NORWEGIAN SOCIAL SCIENCE DATA SERVICES



Harald Håkonsen gate 29
N-5007 Bergen
Norway
Tel: +47-55 58 21 17
Fax: +47-55 58 95 50
nsd@nsd.uib.no
www.nsd.uib.no
Org.nr: 985 321 884

Monica Dalen
Institutt for spesialpedagogikk
Universitetet i Oslo
Postboks 1140 Blindern
0318 OSLO

Vår dato: 25.01.2010

Vår ref: 23493 / 2 / IEH

Deres dato:

Deres ref:

TILRÅDING AV BEHANDLING AV PERSONOPPLYSNINGER

Vi viser til melding om behandling av personopplysninger, mottatt 20.01.2010. Meldingen gjelder prosjektet:

23493	<i>Innvirkningen musikalaristens yrkesmessige krav har på deres stemme, stemmebruk og stemmeproble</i>
Behandlingsansvarlig	<i>Universitetet i Oslo, ved institusjonens øverste leder</i>
Daglig ansvarlig	<i>Monica Dalen</i>
Student	<i>Christine Nilsen</i>

Personvernombudet har vurdert prosjektet, og finner at behandlingen av personopplysninger vil være regulert av § 7-27 i personopplysningsforskriften. Personvernombudet tilrår at prosjektet gjennomføres.

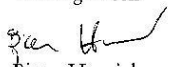
Personvernombudets tilråding forutsetter at prosjektet gjennomføres i tråd med opplysningene gitt i meldeskjemaet, korrespondanse med ombudet, vedlagte prosjektvurdering - kommentarer samt personopplysningsloven/-helseregisterloven med forskrifter. Behandlingen av personopplysninger kan settes i gang.

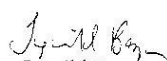
Det gjøres oppmerksom på at det skal gis ny melding dersom behandlingen endres i forhold til de opplysninger som ligger til grunn for personvernombudets vurdering. Endringsmeldinger gis via et eget skjema, http://www.nsd.uib.no/personvern/forsk_stud/skjema.html. Det skal også gis melding etter tre år dersom prosjektet fortsatt pågår. Meldinger skal skje skriftlig til ombudet.

Personvernombudet har lagt ut opplysninger om prosjektet i en offentlig database, <http://www.nsd.uib.no/personvern/prosjektoversikt.jsp>.

Personvernombudet vil ved prosjektets avslutning, 01.06.2010, rette en henvendelse angående status for behandlingen av personopplysninger.

Vennlig hilsen


Bjørn Henriksen


Ingvild Bergan

Kontaktperson: Ingvild Bergan tlf: 55 58 32 32

Vedlegg: Prosjektvurdering

✓ Kopi: Christine Nilsen, Holbergs gate 3 B, 0166 OSLO

Avdelingskontorer / District Offices:

OSLO: NSD, Universitetet i Oslo, Postboks 1055 Blindern, 0316 Oslo. Tel: +47-22 85 52 11, nsd@uio.no

TRONDHEIM: NSD, Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet, 7421 Trondheim. Tel: +47-73 59 19 07, kyrie.svanne@ntnu.no

TROMSØ: NSD, SFF, Universitetet i Tromsø, 9037 Tromsø. Tel: +47-77 54 43 35, nsdmas@sv.u.no

Personvernombudet for forskning



Prosjektvurdering - Kommentar

23493

Utvalget består av ca 6 musikalartister. Datamaterialet samles inn ved personlig intervju. Det gis skriftlig informasjon til utvalget, og innhentes skriftlig samtykke. Personvernombudet finner at informasjonsskrivet er tilfredsstillende utformet, forutsatt at det opplyses om tidspunkt for prosjektslutt og anonymisering.

Prosjektet vil innebære behandling av sensitive personopplysninger om helseforhold, jf. personopplysningsloven § 2 nr 8 bokstav c.

Det forutsettes at bruk av privat pc er i tråd med Universitetet i Oslo sine interne retningslinjer for informasjonssikkerhet.

Innen prosjektslutt 1. juni 2010 anonymiseres datamaterialet. Ombudet minner om at med anonyme opplysninger forstås opplysninger som ikke på noe vis kan identifisere enkeltpersoner i et datamateriale, verken direkte, indirekte gjennom bakgrunnsvariabler eller gjennom navneliste/koblingsnøkkel eller kode. Anonymiseringen vil innebære at alle personidentifiserende opplysninger slettes, grovkategoriseres eller omskrives.